Citirea feței

Cum să descifrezi o persoană după trăsăturile chipului

ERIC STANDOP

Citirea feței

Cum să descifrezi o persoană după trăsăturile chipului

ERIC STANDOP

Traducere din engleză de
Ianina Marinescu

Lifestyle

EDITORI:
Silviu Dragomir
Vasile Dem. Zamfirescu
Magdalena Mărculescu

DIRECTOR:
Crina Drăghici

REDACTARE:
Constantin Pîştea

DESIGN:
Alexe Popescu

DIRECTOR PRODUCŢIE:
Cristian Claudiu Cobar

DTP:
Răzvan Nasea

CORECTURĂ:
Rodica Creţu
Duşa Udrea-Boborel

Informaţiile din această carte nu sunt menite să înlocuiască recomandările medicale. În chestiuni ce privesc problemele de sănătate trebuie consultat medicul, mai ales dacă cititorul suferă deja de anumite boli şi are de gând să înceapă un tratament, să întrerupă ori să-şi modifice tratamentul actual. Fiecare cititor este responsabil pentru deciziile luate în privinţa sănătăţii sale. Autorul şi editura îşi declină orice responsabilitate în legătură cu efectele secundare pe care cititorii pot susţine că le-au resimţit, direct sau indirect, ca urmare a informaţiilor din această carte.

Numele şi trăsăturile care ar fi dus la identificarea persoanelor descrise în această carte au fost schimbate; la fel şi datele, locurile sau alte detalii şi evenimente prezentate. De asemenea, au fost modificate şi ilustraţiile persoanelor înfăţişate.

Ilustraţii de Yuliya Yarmolenka (yyarmolenka.com).

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
STANDOP, ERIC
Citirea feţei : cum să descifrezi o persoană după trăsăturile chipului / Eric Standop şi Elisa Petrini ; il. de Yuliya Yarmolenka ; trad. din engleză de Ianina Marinescu. - Bucureşti : Lifestyle Publishing, 2020

ISBN 978-606-789-203-1

I. Petrini, Elisa
II. Yarmolenka, Yuliya (il.)
II. Marinescu, Ianina (trad.)

159.9

Titlul original: READ THE FACE
Autor: Eric Standop

Read the Face
Text Copyright © 2019 by Eric Standop
Published by arrangement with St. Martin's Press
All rights reserved.

Copyright © Lifestyle Publishing, 2020
pentru prezenta ediţie

Lifestyle Publishing face parte
din Grupul Editorial Trei

O.P. 16, Ghişeul 1, C.P. 0490, Bucureşti
Tel.: +4 021 300 60 90 ;
Fax: +4 0372 25 20 20
e-mail: comenzi@edituratrei.ro

www.lifestylepublishing.ro

ISBN 978-606-789-203-1

Cuprins

PARTEA I. ARTA ȘI ȘTIINȚA CITIRII FEȚEI

1. Primul nostru limbaj 11
2. Eric e un ou 23
3. Citirea feței de-a lungul istoriei 32
4. Arta citirii feței 45

PARTEA A II-A. POVEȘTI DE VIAȚĂ

5. Personalitate și caracter 63
6. Scopul în viață 102
7. Lumea expresiilor faciale 124
8. Drumul în viață 143
9. Afaceri 152
10. Sănătate 167
11. Dragoste 209
12. Percepția altora 235

PARTEA A III-A. GHID DE CITIRE A FEȚEI

Elementele fundamentale ale citirii feței 257

Mulțumiri 325

Note 326

Vedem cum caracterul unui om este adesea exprimat în aspectul său exterior, chiar și în felul în care merge și în sunetul vocii sale. În același fel, caracterul ascuns al lucrurilor se exprimă într-o anumită măsură în formele lor exterioare.

PARACELSUS

*Dumnezeu v-a dat un chip și voi vă faceți altul.**

WILLIAM SHAKESPEARE

Natura îți dă chipul pe care-l ai la 20 de ani. Viața îți modelează chipul pe care-l ai la 30 de ani. Dar la 50 de ani ai chipul pe care-l meriți.

COCO CHANEL

Omul are trei fețe. Pe prima o arată lumii. Pe-a doua o arată rudelor și prietenilor apropiați. Iar pe-a treia n-o arată niciodată nimănui.

PROVERB JAPONEZ

---

* William Shakespeare, *Hamlet*, Editura de Stat pentru Literatură și Artă, București, 1956, p. 103; traducere de Petru Dumitriu. (*N.t.*)

Partea I

Arta și știința citirii feței

Capitolul 1
Primul nostru limbaj

Eu sunt un cititor al fețelor, ca și tine.

Această abilitate este atât de importantă pentru supraviețuirea noastră, încât avem circuite cerebrale dedicate procesării informațiilor faciale. Testele imagistice pot să identifice locul exact din creier unde se găsește rețeaua noastră de neuroni specializați în citirea feței. Oamenii de știință încă explorează modul în care se dezvoltă aceste circuite neuronale, dar cei mai mulți sunt de părere că este o abilitate, măcar într-o anumită măsură, înnăscută. De la naștere — înainte chiar să poată focaliza cu privirea —, copilul este înzestrat pentru căutarea fețelor. După numai câteva ore, un bebeluș poate deosebi chipul mamei sale de cel al unei necunoscute, iar în numai câteva luni devine expert în identificarea genului, a rasei, a emoțiilor și a altor trăsături de bază.

Această legătură față-față este primul limbaj al copilului. Este atât de puternic, încât nou-născuții sunt atrași chiar și de configurațiile care seamănă cu un chip: un șir de două (trei sau mai multe) obiecte deasupra unuia singur. Dar nu reacționează dacă această configurație — sau chiar o față umană — este așezată cu susul în jos.

Am avut la un moment dat o experiență amuzantă la un eveniment corporativ, unde fusesem invitat să vorbesc în fața a vreo 200 de programatori. Am fost nevoit să râd când directorul executiv m-a prevenit că voi fi prezentat

ca „life coach", întrucât „cititor de fețe" părea prea ezoteric. Însă chiar aveam de gând să vorbesc despre viață și mai ales despre ce anume dezvăluie fețele noastre (și ale celorlalți) în privința modului în care trăim.

Mi-am început discursul desenând un oval mare pe tablă, cu o linie verticală scurtă pe mijloc și una orizontală dedesubtul ei. Apoi m-am dat la o parte și i-am invitat să emită păreri.

Au trecut mai multe minute de tăcere absolută. Începusem să mă agit când, în sfârșit, am văzut o mână ridicată și am întrebat:

— Ce vezi?

— Butonul de închidere de pe telecomandă, a zis tipul.

Sigur că nu desenasem un buton de închidere, ci schița unei fețe, linia verticală reprezentând nasul, iar cea orizontală, gura. Dar pentru că desenul meu nu avea ochi, nimeni nu a putut ghici ce reprezenta. Atât de profund ne este imprimat modelul cu două obiecte deasupra unuia singur în legătură cu fizionomia umană. Modul în care interpretăm brusc o imagine de acest tip drept un chip este motivul pentru care emoticoanele — formate doar din două puncte și o linie — pot să transmită atâtea și atâtea semnificații.

Cu timpul, când un nou-născut începe să distingă trăsături, va vedea literalmente iubirea din ochii mamei sale, ale cărei pupile se dilată de emoție. Este motivul pentru care ursuleții de pluș au ochii sub forma unor sfere mari și negre — ca o pupilă dilatată — și probabil motivul pentru care, după cum o arată studiile, bărbații sunt atrași de femeile cu pupile mari. Cu sute de ani în urmă, ca să fie atrăgătoare, femeile italiene își dilatau pupilele cu extractul unei plante care și-a căpătat numele de „femeie frumoasă", adică belladonna.

Această atracție pentru pupilele mari este primară și ține de subconștient. Pe măsură ce creștem, adunăm

conștient informații despre ceilalți din mai multe surse: tonul vocii, cuvintele, limbajul corporal, coafura și îmbrăcămintea, ba chiar și contextul în care îi vedem. S-ar putea să fim mai puțin conștienți de capacitățile noastre de citire a feței, dar circuitele cerebrale de la baza lor continuă să fie active, generând instincte și intuiții.

De fapt, cercetările arată că girusul fusiform, zona specifică a creierului stimulată la vederea fețelor, continuă să se dezvolte și la maturitate.[1] Alte sisteme de procesare vizuală complexă, cum ar fi recunoașterea locurilor, sunt mai statice. Odată cu maturizarea, din necesitatea de a ne descurca în lumea noastră socială tot mai extinsă, ajungem să recunoaștem o gamă mult mai variată de chipuri. De asemenea, devenim tot mai buni la diferențierea chipurilor asemănătoare. La maturitate, fie suntem limitați, fie avem talent în identificarea fețelor, dar, în medie, ne reamintim și recunoaștem circa 20% dintre oamenii pe care-i vedem.

În mare, 2,5% dintre americani se încadrează la limita de jos a spectrului identificării fețelor din cauza unei afecțiuni numite „prosopagnozie" sau orbire facială, care poate fi înnăscută sau dobândită în urma unui traumatism sau a unei boli ca Alzheimer.[2] Persoanele care suferă de prosopagnozie au dificultăți în recunoașterea fețelor familiare, deși pot să identifice imediat alte obiecte. Personajul din celebra carte a lui Oliver Sacks, *Omul care își confunda soția cu o pălărie**, suferea de o formă de prosopagnozie. El își identifica soția după glas, iar pe ceilalți din viața sa, pe fratele său, de exemplu, după trăsături specifice precum dinții ceva mai mari. Pe la vârsta mijlocie, însuși Sacks, care nu și-a recunoscut niciodată imaginea în oglindă, s-a confruntat în sfârșit cu propria sa orbire facială.

Opusul orbirii faciale este „superrecunoașterea", un talent extraordinar de identificare a fețelor. Se

* Oliver Sacks, *Omul care își confunda soția cu o pălărie*, Humanitas, București, 2005. (*N.t.*)

estimează că un procent de 2% dintre oamenii dotați cu superrecunoaștere pot reține și recunoaște până la 80% dintre chipurile pe care le văd.[3] New Scotland Yard are o echipă de elită formată din astfel de oameni care să-i prindă pe infractori prin studierea imaginilor surprinse de cele peste un milion de camere de supraveghere din Londra. Să găsești acul în carul cu fân — o persoană filmată la locul faptei, care să spunem că are o fotografie în sistem — necesită abilitatea uimitoare de a recunoaște o față dintr-o înregistrare video neclară și cu rezoluție joasă și de a o identifica apoi în persoana infractorului. Inspectorul-șef Mick Neville, cel care a creat această unitate, numește recunoașterea facială „a treia revoluție" a criminalisticii, după amprente și ADN.

Echipa sa a avut succese surprinzătoare. După problemele sociale din 2011, programul de recunoaștere computerizată a fețelor poate identifica numai un agitator din 200 000 de ore de filmare, în timp ce un singur om dotat cu abilități de superrecunoaștere identifică 190. Conform statisticilor, 73% dintre identificările făcute de această echipă au dus la condamnarea infractorilor. Dar ceea ce-i tulbură pe susținătorii drepturilor omului este că, în 13% dintre cazuri, chiar și după consultarea unui al doilea angajat dotat cu capacitate de superrecunoaștere, rezultatele analizelor au dus la arestări greșite.[4]

O problemă inevitabilă în analiza facială — fie ea de natură umană sau electronică — este că poate avea doar precizia bazei de date. Ființele umane, de la naștere încolo, pot să identifice și să citească cel mai bine fețele etniei la care sunt expuși cel mai mult. Oamenii albi tind să recunoască mai bine chipurile de oameni albi, negrii, chipurile de negri, asiaticii, chipurile de asiatici și așa mai departe.

Tehnologia de recunoaștere facială, deși îmbunătățită enorm față de 2011, are aceeași problemă. Într-un studiu

din 2018 despre capacitatea de identificare a genului pe baza unei fotografii, trei sisteme de top — de la Microsoft, de la IBM și de la Megvii din China — au depistat fețele bărbaților albi sau cu pielea deschisă la culoare cu o marjă de eroare sub 1%. Dar când a trebuit să identifice chipurile de femei cu piele închisă la culoare, sistemul celor de la Microsoft a avut o marjă de eroare de 21%, iar cele de la IBM și Megvii s-au apropiat de o marjă de eroare de 35%.[5]

Tot în 2018, American Civil Liberties Union (ACLU) a testat sistemul celor de la Amazon, folosit de unele dintre secțiile de poliție, comparând fotografiile tuturor membrilor din Congres cu 25 000 de fotografii publice ale unor persoane arestate. Nu mai puțin de 28 de legiuitori au fost identificați drept infractori. Cei mai mulți erau afro-americani sau hispanici, printre care și figuri cunoscute, precum congresmenii John Lewis din Georgia și Bobby L. Rush din Illinois. Rezultatul i-a determinat pe cei de la ACLU să numească „defectuoasă, inexactă și periculoasă" tehnologia de recunoaștere facială.[6]

Chiar și așa, în acest moment tehnologia de recunoaștere facială este în mare parte nereglementată. Aproximativ 117 milioane de americani, în cea mai mare parte persoane nonalbe, apar în bazele de date ale autorităților.[7] FBI are propria sa bază de date, care se pare că este mai mică și mai sofisticată decât sistemul de tip *cache* al Facebook, ce conține peste două miliarde de imagini.[8] Pe măsură ce agențiile guvernamentale și companiile private adună — fără restricții și fără supraveghere — date faciale de la milioane de oameni care nu au nici cea mai mică bănuială, este evident potențialul de abuz al acestei tehnologii.

Teama față de un astfel de abuz a determinat doi oameni de știință de la Universitatea Stanford să testeze dacă un program de analiză facială ar putea ghici orientarea sexuală a oamenilor. Aceștia au adunat de pe site-urile

matrimoniale publice 35 000 de fotografii ale unor persoane albe care s-au autodescris ca fiind heterosexuale sau homosexuale și s-au folosit de un algoritm foarte des utilizat care să evalueze diferențele subtile. Apoi au extras la întâmplare imagini și i-au comandat computerului să aprecieze orientarea sexuală a persoanelor respective. Rezultatele au fost teribile: algoritmul a depistat corect orientarea sexuală în cazul a 71% dintre femei și 81% dintre bărbați. Când computerul a avut la dispoziție cinci imagini ale unei persoane în loc de una, nivelul de acuratețe a crescut la 83% pentru femei și 91% pentru bărbați.[9]

Cercetătorii de la Universitatea Jiao Tong din Shanghai au aplicat aceeași metodă, folosindu-se de 1 856 de imagini cu bărbați având între 18 și 55 de ani, computerul trebuind să facă diferența între infractori și cei care respectă legea. Algoritmul lor a depistat infractorii din imaginile alese aleatoriu cu o acuratețe de 89,5% și — deosebit de relevant pentru scopurile noastre — a indicat care sunt trăsăturile specifice care-i diferențiau. Aceste trăsături includ o curbură a buzei superioare care a fost, în medie, cu 23% mai pronunțată decât în grupul de cetățeni care respectă legea, o distanță cu 6% mai mică între colțurile interioare ale ochilor și un unghi cu 20% mai îngust între cele două linii trasate din vârful nasului către colțurile gurii.[10]

Studiul chinez a fost de mici dimensiuni și s-a bazat pe un algoritm creat pentru fizionomiile asiatice. Asemenea studiului de la Stanford, a ridicat teribila problemă a încălcării intimității, care nu face obiectul acestei cărți. Însă, pentru că astfel de studii au o largă aplicabilitate — aeroporturi, poliție, diagnostic medical și multe altele —, recunoașterea și analiza facială sunt printre cele mai căutate domenii în tehnologie, dezvoltându-se mai rapid decât reușim noi să le menținem sub control sau decât ne-am putea imagina.

* * *

Aceste tehnologii noi au redeșteptat interesul pentru capacitatea umană de citire a fețelor. Desconsiderată în occident în cea mai mare parte a secolului XX ca fiind o pseudoștiință, citirea feței este acum studiată în instituții de prestigiu ca Universitatea Berkeley din California, New York University, Stanford și Princeton, printre altele. Unii cercetători resping în continuare citirea feței ca știință a fizionomiei, adică practica evaluării caracterului în funcție de trăsăturile feței, practică ce datează de mii de ani, așa cum vom vedea în capitolul 3, „Citirea feței de-a lungul istoriei".

Criticii citirii feței pun pe seama stereotipiei trăsăturile pe care oamenii, spre deosebire de computere, le identifică pe chipuri. Dar chiar și cei mai sceptici recunosc că suntem înzestrați să evaluăm instantaneu oamenii în funcție de aspectul lor. Iată ce notează Alexander Todorov, de la Princeton, o autoritate în domeniul primei impresii: „E suficient să vedem un chip nu mai mult de o zecime de secundă ca să ne facem o părere"[11].

În ultimele câteva decenii, zeci de studii au demonstrat că, atunci când le este arătată imaginea unei fețe — fie în formă fizică, fie electronică —, majoritatea subiecților definesc în același fel personalitatea respectivă. Ca experimentele să fie uniforme, psihologii pun subiecții să evalueze personalitățile în funcție de așa-numita scală „big five" a trăsăturilor de personalitate: extraversie, agreabilitate, conștiinciozitate, stabilitate emoțională/nevrotism și deschiderea către experiență. Consensul privind personalitatea exprimată în trăsăturile feței este prezent chiar și în cercetările legate de copii.

De exemplu, în două studii din 2014, oamenii de știință au descoperit că subiecți cu vârste de 3–4 ani pot face consecvent diferența între fețe „bune" și „rele", „puternice" și

„nu foarte puternice", „inteligente" și „nu foarte inteligente". Făcând o medie, gradul de concordanță pentru expresiile faciale a fost de 72% la copiii de 3–4 ani. În categoria de vârstă 5–6 ani, gradul de concordanță a fost și mai ridicat (81%); iar la copiii de 7–10 ani s-a ridicat până la 88%. La adulți, gradul de concordanță a fost aproape la fel ca la copiii de 7–10 ani (89%).[12]

Cu toate acestea, mulți oameni de știință susțin că personalitatea nu poate fi întrezărită numai din trăsăturile feței. În primul rând, spun ei, expresiile faciale se modifică de la un moment la altul, așa cum vom discuta în capitolul 7, „Lumea expresiilor faciale". În al doilea rând, ne avertizează să nu „suprageneralizăm" și nici să nu interpretăm excesiv indiciile detectabile. Unul dintre indiciile derutante pe care aceștia le citează este atractivitatea, care poate avea un efect de halo, făcând persoana să pară plăcută, bună și așa mai departe doar pentru că este frumoasă. Deși suntem cu toții receptivi față de persoanele atractive (vezi „Chipul perfect", unde este o listă cu trăsături despre care studiile arată că-i fac pe oameni atractivi), în citirea feței conceptul de frumusețe nu este deosebit de relevant.

Suntem în schimb interesați de imaginea de ansamblu. Din cercetările despre orbirea facială, știm că bunăoară creierul uman și un algoritm computerizat procesează diferit fețele. În loc să separe trăsăturile, creierul reperează fața cu totul, ca o imagine unică. Acesta este motivul principal pentru care cartea de față nu e un ghid care să ofere liste de caracteristici faciale cu semnificații deja atribuite.

Un computer are o bază de date cu, să zicem, 1 000 de fețe de infractori și le analizează ca să identifice ceea ce au în comun. Însă oamenii evaluează fiecare chip nou în timp real, apreciindu-l în funcție de trăsăturile sale stabile, cum sunt ochii, nasul și gura; îl privesc cum se schimbă ca urmare a diverselor microexpresii; și trag o concluzie, de regulă inconștientă, folosindu-se de intuiție.

CHIPUL PERFECT

Există oare așa ceva? S-au făcut multe studii privind atractivitatea fețelor. Psihologii Daniel E. Re și Nicholas O. Rule, de la Universitatea din Toronto, au subliniat anumite aspecte de atractivitate care trec dincolo de barierele culturale, precum și motivele probabile:

- O culoare și o textură uniformă ale pielii, probabil pentru că sugerează tinerețe și sănătate. Subiecții cărora li s-a arătat un chip ale cărui variațiuni de culoare au fost netezite au apreciat persoana respectivă ca fiind chiar și cu 15 ani mai tânără.
- Culoarea pielii nuanțele roșietice (dar nu foarte intense) sugerează o bună oxigenare a sângelui și un bun tonus cardiovascular, iar nuanțele gălbui (în cazul persoanelor albe, asiatice și africane) sunt semn al unei bune funcționări a sistemului imunitar. Un studiu din 2012 a arătat că un consum de 3–4 porții de fructe și legume pe zi timp de șase săptămâni duce la creșterea nivelului de carotenoide, suficient cât să-i facă pe oameni mai atrăgători.
- Să nu fie un chip ieșit din comun — observație făcută prima dată în 1878 (și testată mai recent cu ajutorul unor imagini compuse generate pe calculator), probabil pentru că acele chipuri care deviază mult de la normă ar putea indica o stare proastă de sănătate. Însă atractivitatea nu este neapărat sinonimă cu frumusețea. Cele

mai atractive fețe au anumite trăsături speciale, care provoacă atenția.

- Simetrie, dar nu în așa fel încât cele două părți ale feței să fie imagini în oglindă, căci asta ar arăta ciudat și nenatural. Oameni din toate culturile preferă chipurile ale căror structuri de bază sunt aliniate, chiar dacă nu perfect, deși legătura cu starea subiacentă de sănătate nu este atât de sigură.
- O față cărnoasă (cu adipozitate) reflectă IMC-ul persoanei respective, adică Indicele de Masă Corporală. Oamenii tind să prefere un chip care reflectă un IMC de aproximativ 20, adică exact la mijloc între limitele normalității, și nu chipuri care arată subponderale sau supraponderale.
- Feminitatea și masculinitatea au fost îndelung studiate ca factori ai atractivității, dar rezultatele sunt incerte. Oamenii de știință consideră că hormonul estrogen, care determină dezvoltarea fizionomiei feminine, conferă trăsăturile definite de regulă ca fiind feminine: ochi mari, buze pline, o bărbie mică și ascuțită și pometi ridicați. Teoria spune că trăsături mai feminine implică niveluri mai mari de estrogen, sugerând fertilitate. Când subiecților li s-a cerut să facă mai atractiv un chip neutru, de regulă aceștia au sporit feminitatea trăsăturilor.

Trăsăturile masculine, determinate de testosteron, sunt linia proeminentă a sprâncenelor, pomeții ridicați și un maxilar pătrățos. Dar chipurile

bărbaților — spre deosebire de cele ale femeilor, unde feminitatea se corelează cu atractivitatea — nu sunt neapărat mai atractive când par mai masculine. Unele studii arată că femeile preferă trăsături mai feminizate și la bărbații albi, și la cei asiatici, în timp ce alte studii arată că nu există vreo preferință, iar altele că preferințele femeilor pot să varieze în funcție de context. Cercetătorii au emis ipoteza că aspectul masculin, semnalând un nivel ridicat de testosteron, poate fi pus în legătură cu trăsături indezirabile de personalitate, printre care comportamentul agresiv, infidelitatea și lipsa de implicare ca părinte. Atracția către masculin a fost cea mai ridicată în zonele unde standardul de viață era foarte scăzut. Pot să existe și alți factori, nesesizați până acum, care să facă atractiv chipul masculin.[13]

Pentru un cititor de fețe, chipul perfect, fie el masculin sau feminin, este cel care transmite autenticitate. În capitolul 12, „Percepția altora", voi povesti despre propria mea viziune asupra chipului perfect: chipul „iluminat".

Tot acest nou interes științific, deși important, este exclusiv pentru validarea a ceea ce ființele umane știu de mii de ani. Așa cum afirmă profesorii de psihologie Ran Hassin și Yaacov Trope într-un articol despre studiile lor asupra fețelor, publicat în *Journal of Personality and Social Psychology*: „Pare absolut rezonabil să presupunem că, dacă mintea dedică resurse cerebrale speciale de procesare a trăsăturilor faciale, ea va încerca să extragă cât mai multe informații se poate din acest proces"[14].

Așa cum vom vedea în capitolul 2, mi-am petrecut mare parte din viață studiind sistemele străvechi care au încercat

„să extragă informații", pentru a ne face mai conștienți de evaluările noastre native, automate ale fețelor. Fiecare chip este o hartă complexă a vieții, cu trăsături înnăscute și caracteristici dezvoltate ca urmare a experiențelor, pasiunilor, stării de sănătate, schimbării dispoziției afective și a multor altora. Spunând poveștile pe care le-am observat pe chipuri și explicând interpretările mele, sper să vă ajut să vă recunoașteți propriile puteri intuitive și să începeți, mai conștient, să le dezvoltați.

Prin trezirea capacității instinctive de citire a fețelor puteți obține o înțelegere mai profundă a celorlalți și, mai mult decât atât, a propriei persoane.

Capitolul 2
Eric e un ou

Peste citirea feței am dat încercând să mă vindec.

Am crescut în Germania, la Karlsruhe, un oraș fondat în 1715 — târziu, după standardele europene. Sediu al Curților Supreme din Germania, tot aici se găsesc și nouă universități. Probabil de aceea a produs atât de mulți inovatori, precum Karl Drais, inventatorul bicicletei cu două roți; Karl Benz, cel care a construit prima mașină; Heinrich Rudolph Hertz, tatăl electromagnetismului; și să nu-l uit pe Eric Erickson, marele psihanalist.

În tinerețea mea nimic nu-mi dădea de înțeles că aveam să devin cititor de fețe. Dimpotrivă: eram analitic, pragmatic și atât de determinat, că am fost numit în glumă Jack Russell, după un terrier activ și plin de energie. După ce mi-am luat licența în pedagogie și comunicare, am lucrat ca știrist de radio și jurnalist, precum și în spatele camerei de filmat, în producția de televiziune. Pe la 30 și ceva de ani eram al doilea om de la conducerea UFA Cinema, supervizând parcurile tematice și având în subordine peste 1 000 de angajați în cadrul unuia dintre cele mai mari lanțuri de cinematografe din Europa.

Apoi m-am prăbușit. În mod bizar, prăbușirea mea a fost marcată de un film. În *Pact cu Diavolul*, Keanu Reeves joacă rolul unui avocat care lucrează la o firmă lipsită de scrupule. Orbit de ambiție, el își pierde soția, care este violată și se sinucide, apoi devine subjugat de șeful său,

Al Pacino, ce se dovedește a fi Satana. Când, printre alte mașinațiuni diabolice, Reeves îl învinuiește pentru moartea soției sale, Satana protestează spunând că Reeves și-a falsificat intenționat viața ca să aibă succes — altfel putea să renunțe oricând și să-și dea demisia. La final, Reeves încearcă să adopte o atitudine morală, dar, pervertit de vanitate, nu reușește nici în al doisprezecelea ceas.

Filmul m-a atins până în măduva oaselor. M-am identificat atât de puternic cu personajul lui Keanu Reeves, încât nu mi-l puteam scoate din minte. Deplasându-mă mereu ca să rezolv diverse probleme, și eu sacrificasem totul pentru muncă — toată energia mea, relațiile, umanitatea din mine. Somnul meu, deja afectat, se transformase într-o insomnie în toată regula. Făceam, printre alte afecțiuni greu de tratat, tot felul de urticarii ciudate, însoțite de mâncărimi intense. Concluzia evidentă era că, spre deosebire de Reeves, trebuia să-mi înghit orgoliul profesional și să-mi dau demisia. Sufeream de burnout.*

La 34 de ani am retrogradat la un job cu un program mai regulat, angajându-mă ca director de relații publice într-o companie de jocuri video. După câteva luni mă simțeam ca un leu în cușcă: înghesuit, plictisit și tânjind să alerg liber. Directorul general mi-a observat agitația și m-a îndemnat să mai fac și altceva. Prin urmare, atribuțiile mele au crescut peste noapte, cuprinzând și marketingul, serviciile de web design și planificarea de evenimente. Am avut un succes atât de mare, că în curând am ajuns într-un rol și mai solicitant și mai stresant, de coordonator al activităților de marketing la nivel internațional.

Am pornit din nou la drum, ocupându-mă de birourile din hub-urile de profil din Paris, Londra și San Francisco. Și, din nou, pielea mea a luat foc, cotropită de tot felul de

* Sindromul burnout reprezintă o stare de epuizare fizică, psihică și emoțională, produsă de stresul prelungit. (*N.t.*)

boli. Mă sufocam de la astm, declanșat probabil de noul potop de alergii care nu-mi permiteau să mănânc altceva în afară de cartofi, orez brun și câteva legume. Chiar și de la aceste alimente făceam mereu diaree, devenind și mai slăbănog decât eram. Am făcut ulcer gastric. Umărul stâng mi s-a blocat, făcându-mi brațul de nefolosit, dar am continuat să călătoresc, ignorând semnele.

Apoi, într-o bună zi, nu am mai putut să mă dau jos din pat. Picioarele mele pur și simplu nu au mai răspuns la comenzile creierului. Îngrozit, am reușit să mă rostogolesc pe podea și să-mi recuperez în cele din urmă suficientă mobilitate cât să încep să mă duc pe la doctori. M-am ales cu o listă lungă de diagnostice — 15 boli diferite — și de trimiteri, inclusiv la urolog. Acesta era un bărbat solid, cu pielea înnegrită și degetele pătate de tutun. Mi-a spus: „În urma consultației, nu a reieșit nimic special. Doar schimbările normale ce apar odată cu vârsta. Dar pot să vă spun un lucru: orice ați avea, e grav. Arătați ca moartea".

Era nebun? Cum îndrăznea un om cu obiceiuri atât de proaste să-mi spună că eram grav bolnav? Însă nimeni nu putea găsi altă cauză în afară de stres, iar eu eram prea slăbit ca să muncesc. Așa că mi-am dat demisia și, după mai multe luni de cutreierat lumea cu rucsacul în spinare, m-am pus puțin pe picioare.

Pe o plajă din Africa de Sud am cunoscut primul cititor de fețe. Încercam să fac surf și, fiind un Jack Russell, eram înnebunit de frustrare. O cunoștință a încercat să-mi distragă atenția, spunându-mi:

— Știi, e un bar drăguț după colț. Acolo e un bătrân care citește fețe și poate spune totul despre tine.

— Hai, lasă-mă, ce vrăjeală! i-am răspuns.

Dar am făcut un pariu. Dacă bătrânul se înșela, urma să plătească el cheltuielile pentru acel weekend, iar dacă citirea era corectă, urma să plătesc eu.

În bar, bătrânul, fără dinți și îmbrăcat ca un vagabond, stătea într-un colț și aproape că nu se vedea de atâtea sticle goale de bere.

— Ce vezi pe fața mea? l-am întrebat, trântindu-i o bere pe masă.

A rămas placid. Scrutându-mă cu o privire cercetătoare, a punctat câteva trăsături evidente: agresivitate, nerăbdare, dorință de a conduce, dar lipsă de abilități pentru asta și așa mai departe. Când m-am arătat sceptic, a trecut la starea mea de sănătate. Și aici m-a lăsat mască! Nu doar că mi-a identificat toate cele 15 boli diagnosticate, dar a citit trecutul, menționându-mi două operații de hernie și infecțiile mele pulmonare din copilărie. A apreciat că problemele mele actuale erau rezultatul unei inflamații intestinale.

Ce har impresionant, mi-am zis. Dacă l-aș putea folosi în afaceri, aș fi genial. Mai târziu am aflat că, în Asia, citirea feței se folosește în mod curent pentru evaluarea adversarilor în negocieri. Toate culturile lumii au tradiție în citirea feței, deși în Occident, în domeniul sănătății, a fost în mare parte înlocuită de tehnologie, nefiind mai mult decât o artă apusă.

Întors în Germania, am încercat să aflu mai multe despre citirea feței. Tot ce-am putut găsi a fost un fel de ghicire a viitorului pe baza unor principii chinezești vagi. Sperând să-mi ameliorez starea de sănătate, m-am înscris la niște cursuri de nutriție, dar mi s-a luat repede de ele. Îndrumătoarea a observat că sunt plictisit și mi-a spus:

— Acest domeniu este prea limitat pentru tine. Și, apropo, las-o mai ușor cu cafeaua. Poate să dăuneze intestinelor tale inflamate.

— Cum îți dai seama de asta? am întrebat-o.

S-a dovedit că știa un adevărat cititor de fețe care locuia departe, spre nord, aproape de frontiera cu Danemarca.

Când l-am sunat, mi-a zis să merg la el săptămâna următoare, ca să particip la o „convenție". Asta m-a încântat — șansa de a-i cunoaște pe cei despre care-mi închipuiam că sunt cei mai buni practicieni din țară, adunați toți la un loc. După șase ore de mers cu mașina, am parcat în fața unei mici primării ca să constat că era plin de gherete unde oameni în haine largi și cu păr lung și grizonant promovau mistere cu îngeri, cristale, unicorni și multe altele. Eram șocat. Având la dispoziție o oră până la întâlnire, m-am întors în mașină, încercând să ignor cursul de yoga care avea loc în parcare.

În cele din urmă, l-am cunoscut pe cititorul de fețe, un bărbat grav pe la vreo 60 de ani, care, spre ușurarea mea, era îmbrăcat normal. Reprimându-mi groaza față de ambianța spiritualistă — care-i repugna directorului superrațional care eram —, i-am povestit despre viața mea, despre problemele pe care le aveam și întâmplarea din Africa de Sud. Mi-a spus cu grație:

— Îți mulțumesc că mi-ai povestit toate astea. Drum bun către casă!

— Păi, și fața mea? l-am întrebat revoltat. Am venit de la sute de kilometri! Nu mă aleg măcar cu o citire?

— Ați avut parte de o citire în Africa de Sud, mi-a răspuns. Nu am ce să vă spun mai mult.

Pe tot drumul înapoi am încins telefonul, vorbind neîncetat cu prietenii despre „convenția de escroci" și cititorul „șarlatan". Dar, spre surprinderea mea, după câteva săptămâni am primit un e-mail de la el, în care îmi cerea să ne întâlnim peste trei zile într-un alt orășel îndepărtat. Ce tupeu! Bernd, prietenul meu cel mai bun, m-a încurajat să mă duc, mai ales că aveam cunoștințe într-o localitate din apropiere. Călătoria putea fi o mică vacanță, în caz că invitația cititorului de fețe avea să fie o păcăleală.

Omul se cazase la o pensiune unde mai așteptau alte șapte persoane. A ieșit să ne vorbească.

— Vă mulțumesc că ați venit! Nu mai am mult de trăit și vreau să vă împărtășesc ce știu, dacă sunteți dornici să învățați. V-am ales să fiți ultimii mei discipoli.

Nu avea 60 și ceva de ani, cum crezusem eu, ci 85.

— Cât o să coste? am întrebat, mirosind o țeapă.

— Nimic material, a răspuns el. Dar, Eric, o să te coste sistemul tău de convingeri.

El a devenit primul meu maestru. Timp de un an și jumătate, l-am urmat prin școli, spitale și chiar și într-o închisoare unde ținea consultații, iar uneori doar prin gări, unde ne exersam analiza facială. De la el am învățat două sisteme europene de citire a feței, ambele derivate din Grecia antică. Unul se înscria în tradiția hipocratică, având legătură cu sănătatea, celălalt izvora din practica lui Aristotel de citire a fizionomiei, fiind concentrat mai mult pe personalitate. Studiul mi-a răsturnat sistemul de convingeri, adâncindu-mi și lărgindu-mi perspectiva despre confrații mei.

La 39 de ani mi-am încheiat prima ucenicie și am pus bazele unei firme de consiliere numite Restart Life. Din teama că a mă recomanda drept cititor de fețe îmi va îndepărta clienții, am oferit sfaturi despre nutriție și dezvoltare personală în funcție de nevoile pe care le identificam pe chipul oamenilor. Demersul a fost, din păcate, prea ezoteric pentru publicul german și a eșuat lamentabil. Am fost afectat financiar și, în plus, întrucât eram și sunt o persoană rațională, cu o aplecare către lucrurile exacte, m-a lezat să fiu perceput ca un fel de ins original, spiritualist sau ciudat. Îmi doream cu disperare să trag oblonul și să mă întorc în lumea afacerilor, dar maestrul meu m-a îndemnat să continui.

Având nevoie de o pauză și de o sursă de inspirație, am plecat în America de Sud să văd Machu Picchu și alte minuni ale Antichității. Într-una din ultimele zile eram în Columbia, la Cartagena, și am auzit întâmplător un tip

stând de vorbă cu câțiva turiști americani: „Este gura unui om care sărută cu pasiune. Nimeni cu astfel de buze nu este bun la pat". Când grupul s-a împrăștiat, m-am apropiat și am aflat că și el era cititor de fețe, concentrându-se mai mult pe iubire. Exista o întreagă tradiție sud-americană a citirii feței, bazată pe principii diferite de cele pe care le învățasem eu. Așa că l-am rugat să mă învețe ce știa. De astă dată, formarea n-a avut loc prin spitale și secții de poliție, ci prin baruri și diverse alte locuri de petrecere a timpului liber. Ieșeam în fiecare seară să studiem interacțiunea dintre cei ce formau un cuplu sau, foarte interesant, expresiile care-i făceau pe oameni să atragă sau să respingă potențialii parteneri.

După aceste sesiuni am fost captivat. Citirea feței era un instrument puternic, fără îndoială, capabil să dezvăluie întreaga complexitate a unei ființe umane, trup și suflet. Deși fusesem dezamăgit înainte de călătorie, acum eram hotărât să-mi dedic viața ca să învăț tot ce se putea despre această disciplină profundă. Ca să fac asta, a trebuit să mă duc în Asia, unde citirea feței este o metodă care a trecut testul timpului și face parte din străvechiul sistem de vindecare numit medicina tradițională chineză (MTC).

Nu era ca și cum m-aș fi putut înscrie la vreo școală. În ultimii 50 de ani, pe măsură ce Occidentul a adoptat medicina alternativă, au apărut și institute peste tot în lume, unde se predă acupunctura, se studiază plantele medicinale și alte moduri orientale de diagnostic și tratament. Însă pentru citirea feței, până acum puțin cunoscută în Occident, nu exista decât vechea formă de cunoaștere. Trebuia să găsesc un maestru chinez care să mă accepte ca discipol.

Aveam un prieten englez care locuia la Hong Kong, așa că am pornit-o de acolo. La celebrul bazar de noapte de pe Temple Street, cititorii de fețe își făceau numărul, atrăgând clienți. Am făcut turul bazarului, doar ca să constat că

majoritatea cititorilor de fețe ofereau, în termeni de valoare, cam ce ofereau și negustorii ambulanți de antichități „autentice" și de jad. Nimeni nu m-a luat în serios, cu excepția prietenului meu, a cărui viitoare soție m-a rugat să-i ajut șefa care suferea de migrene.

Chipul șefei mi-a arătat că, pe lângă durerile de cap, avea crampe musculare, dispoziții afective schimbătoare și poftă de dulciuri. Aceste semne și altele indicau o carență de magneziu, mineralul care susține sute de reacții chimice din organism, unele dintre ele stabilizând nivelul glicemiei și generând energie la nivel celular, ajutând astfel funcționarea nervoasă și musculară. La recomandarea mea, a luat suplimente cu magneziu și, nu mai târziu de trei zile, m-a sunat să-mi spună că a avut loc un miracol.

— Aceste probleme m-au afectat ani întregi. Nu-mi vine să cred că au dispărut!

A dat fuga la spa-ul unui hotel exclusivist și mi-a obținut un job de terapeut. Pe măsură ce s-a dus vestea, am fost asaltat de clienți. Spre surprinderea mea, cei mai mulți dintre ei erau asiatici — dornici să vadă cum e să mergi la un cititor european de fețe. Apoi, într-o zi, am primit un telefon și am auzit un glas mânios întrebându-mă:

— Ce cauți în orașul nostru?

— Ce vreți să spuneți? am întrebat eu.

— Tu nu ești cititor de fețe, a continuat glasul. Albii nu pot citi fețe.

Am fost de acord să ne întâlnim și s-a dovedit că era un maestru chinez de peste 80 de ani — aproape un stereotip al mentorului pe care-l căutam. Dar a continuat să mă cicălească despre rasa mea. I-am ținut piept, arătându-i că și el bea bere:

— Berea e o chestie nemțească, nu chinezească. Și-apoi câți chinezi nu fac yoga, care e o chestie indiană?

A izbucnit în râs, dar am continuat să ne ciondănim. Nici măcar nu am observat că nu mi-a spus nimic despre el

în timp ce-mi sonda caracterul și mă bombarda cu întrebări despre formarea mea. Au trecut vreo două ore când, fără vreun avertisment, mi-a spus:

— Vei fi discipolul meu!

Fiind în continuare afectat de cuvintele sale, l-am refuzat, dar el mi-a zis că știa că vreau. În cele din urmă m-a convins nepoata lui, spunându-mi că maestrul a acceptat foarte puțini discipoli de-a lungul vieții. Numai rareori, mi-a explicat ea, accepta maestrul un învățăcel asiatic care să nu fie chinez — care era, să zicem, japonez sau coreean. Așa că era de neconceput — și o imensă onoare — că alesese un ucenic alb ca mine.

Așa că, în următorii șase ani, cu pauze în care să muncesc sau să mă întorc acasă, am fost umbra lui. Formarea cu un maestru chinez este mai dură decât armata. Mi-am făcut serviciul militar obligatoriu la parașutiști și am urât fiecare clipă petrecută acolo, în care mi s-a spus când să dorm, cu ce să mă îmbrac și ce să fac. Acum aveam toate aceste constrângeri, plus încă una și mai dură: îmi era interzis să pun întrebări. Nu aveam voie nici măcar să comentez despre lecturile sale sau despre ordinele sale de a face tot felul de munci, printre care să-i curăț încălțămintea. Acest tip de disciplină era imposibil pentru un director, mai ales unul iute și nerăbdător ca mine, obișnuit să dea ordine, nu să le asculte. Dar, până la urmă, am reușit.

Când, în sfârșit, a considerat că eram pregătit, m-a introdus în cercul său de *sifu*, mari maeștri cititori chinezi. Acolo am avut parte de multă aversiune — *E prea tânăr. E prea modern și a povestit despre arta noastră în grupuri, nu doar unor ucenici individuali*; și, desigur, *E alb!* Însă, în cele din urmă, majoritatea m-a acceptat. Am fost numit *sifu*. Maestrul meu era atât de mândru! Îi plăcea să spună: „Eric e alb pe dinafară, dar pe dinăuntru este galben. Eric e un ou".

Capitolul 3
Citirea feței de-a lungul istoriei

Nu este surprinzător că orice cultură are tradiția sa în legătură cu citirea feței. Cititorii de fețe sunt înfățișați în hieroglifele egiptene și în gravurile sud-americane. În India, stilurile de citire a feței au legătură cu credințele religioase hinduse. În Africa, s-ar putea să existe peste 20 de tipuri de citire a feței. Lectura del Rostro, metoda pe care am învățat-o în Columbia, are variante probabil în toată America Latină. Citirea feței este foarte bine fundamentată în China, iar alte țări asiatice, printre care și Japonia, au propriile lor școli.

Citirea feței în Europa datează încă din Epoca de Aur a Greciei, undeva în jurul secolului al V-lea î.Hr. Filosofii din Grecia antică credeau în știința fizionomiei, bazată pe conceptul că personalitatea se reflectă pe chip. Este celebră povestea lui Zophyrus, unul dintre primii fizionomiști, care s-a dus la academia lui Platon din Atena, locul unde se adunau filosofii. Acolo l-a cunoscut pe Socrate, mentorul lui Platon. Studiindu-i chipul, a decretat că Socrate este afemeiat, imbecil și nătărău. Ceilalți membri din cercul lui Platon au izbucnit în râs, dar Socrate a fost de acord. Era, prin natura sa, destrăbălat, încet la minte și prost, a mărturisit el și a trebuit ca, prin disciplină și rațiune, să învețe să-și depășească aceste defecte.

Mai tânărul contemporan al lui Platon, Aristotel (384–322 î.Hr.) a fost una dintre figurile intelectuale de prim

rang din istoria occidentală. El a făcut să avanseze mult toate ramurile cunoașterii din vremea sa, inclusiv științele, de la botanică la zoologie, toate artele și întreaga cercetare despre minte: psihologia și, desigur, filosofia. Prima lucrare de fizionomie ca știință, *Fizionomica*, îi este atribuită lui, deși probabil că a fost creată de unul dintre discipolii săi.

Lucrarea cuprindea idei din scrierea sa, *Istoria animalelor*, în care el lega trăsăturile fizice cu cele de personalitate. Spre exemplu, el făcea legătura între o frunte înaltă și letargie și între o frunte lată și exaltare. Sprâncenele drepte semnificau o natură „moale", în timp ce sprâncenele ascuțite și îndreptate către nas erau un semn de fire temperamentală. Urechile clăpăuge erau marca unei persoane care vorbește mult și prost. Perspectiva lui Aristotel includea adesea conceptul de „medie", întrebându-se dacă nu cumva era mai bine să fii undeva la mijloc — de exemplu, el credea că ochii înfundați în orbite sunt cei mai ageri, dar că aceia neutri (care nu sunt nici înfundați, nici bulbucați) sunt indiciul celui mai bun caracter. Ca urmare a cuceririlor lui Alexandru cel Mare, învățăcelul său, tipul lui Aristotel de fizionomie s-a răspândit în Orientul Mijlociu și a ajuns până în India.

În aceeași perioadă, Hipocrate (460–375 î.Hr.), părintele medicinei moderne, a încorporat citirea feței printre metodele sale de diagnostic. Lui îi este atribuită identificarea combinației de semne care sunt marca unei morți iminente, printre care ascuțirea nasului, micșorarea ochilor, adâncirea tâmplelor, răcirea și curbarea urechilor, paloarea și întărirea pielii. Această serie de simptome, numită față hipocratică, este considerată și acum, după 2 500 de ani, un indiciu valid al unei sănătăți șubrede.

Ideile lui Hipocrate se păstrează în corpusul de texte hipocratice, o culegere de aproximativ 70 de lucrări, multe dintre ele scrise probabil de discipolii săi. Cele mai cunoscute tratate sunt *Jurământul lui Hipocrate*, rostit și

în prezent de către viitorii medici; *Cartea pronosticurilor*, reflecții despre eventuala evoluție și posibilul rezultat al bolii; și *Aforisme*, o colecție de observații (cum ar fi „În acea parte a corpului unde e căldură sau frig, acolo e și boala"*.) utilizată ca manual medical timp de sute de ani. Hipocrate a revoluționat atât de mult medicina, încât, o perioadă după moartea sa, medicina abia dacă a mai avansat, ideile sale fiind mult prea prețuite pentru a fi puse la îndoială.

Începând cu Hipocrate, rolul citirii feței în medicină este pus în evidență de numeroasele boli ale căror denumiri conțin cuvântul latinesc *facies* („față"), cum ar fi facies leonin (o formă de lepră), facies cushingoid (boala Cushing), facies agresiv (miastenia gravis), facies de șoarece (insuficiență renală cronică) și facies de mască (Parkinson), printre altele.

În Europa, citirea feței a fost predată în marile universități până în Evul Mediu, când a virat către ghicirea viitorului, iar interesul asupra domeniului a scăzut. Geniul Renașterii, Leonardo da Vinci (1452–1519), a desconsiderat-o, ca „neavând fundamente științifice", deși credea că liniile feței ofereau indicii despre personalitate. De exemplu, în viziunea sa, niște riduri adânci între sprâncene însemnau încăpățânare.

Citirea feței a cunoscut o revenire spectaculoasă între secolele al XVII-lea și al XIX-lea, cu o infuzie de teorii noi, formulate de minți luminate precum medicul Sir Thomas Browne (1605–1682), care nota că pe față stă scris „mottoul sufletului" și care se presupune că a introdus cuvântul *caricatură* în limba engleză, însemnând o exagerare a trăsăturilor ca mod de criticare a unui personaj. Lucrările sale au fost citate de mulți scriitori, de la Herman Melville

* *Aforismele lui Hipocrate*, Constantin Bart (trad.), Editura Timpul, Iași, 2004, p. 125. (*N.t.*)

și Edgar Allan Poe la Jorge Luis Borges și William Styron. Giambattista della Porta (1535–1615) a folosit animale sculptate din lemn pentru a ilustra caracteristicile umane și a demonstra că temperamentul, și nu magia astrală determină expresiile faciale. Printre lucrările sale importante despre citirea feței sunt *Magia Naturalis* și *De Humana Physiognomia*. În secolul al XVIII-lea, teologul elvețian Johann Kaspar Lavater (1741–1801) a dus mai departe ideile lui Browne, Della Porta și ale altora, devenind un autor celebru și probabil cel care a popularizat cel mai mult știința fizionomiei.

Lucrarea majoră, în patru volume, a lui Lavater, *Physiognomische Fragmente*, publicată în germană, este o enciclopedie de fizionomie, creată cu ajutorul unora dintre cei mai mari gânditori ai timpului său, printre care și Goethe. Teoria sa principală susține că noi, conștient sau inconștient, evaluăm personalitatea și prezicem comportamentul prin observarea feței. Lavater credea că trăsăturile fixe ale feței, cum ar fi ochii, nasul și gura, dezvăluie adevărata natură morală a unei persoane, în timp ce expresiile faciale pot fi mai înșelătoare. Lucrarea, cu foarte multe ilustrații, descrie formarea diverselor trăsături; discută despre relația dintre ele (afirmând, de exemplu, că oamenii cu fruntea curbată au rareori nasuri acviline) și pune la dispoziție îndrumări generale de interpretare, de pildă ideea că toate formele prezente pe față și alcătuite din linii drepte transmit forță, inflexibilitate și inteligență, în timp ce formele alcătuite din linii curbe sugerează slăbiciune, flexibilitate și senzualitate.

Lavater este celebru pentru cele 100 de reguli de analizare a trăsăturilor, mai ales că a interpretat și propriile trăsături. Pe baza acestor reguli, nasul său cu nimic ieșit din comun era genul de nas asociat cu persoanele „superioare într-o oarecare măsură, dar niciodată excepționale sau geniale".

Formula sa descriptivă a fizionomiei a avut influență în întreaga Europă. Alții au deviat știința fizionomiei într-o direcție mai anatomică. Fiziologul olandez Petrus Camper (1722–1789), pionier al anatomiei comparate și al antropologiei, a propus o teorie bazată pe proeminențele faciale („prognatism"). El a comparat unghiul dintre nas și frunte de la craniile de maimuță, de la africanii și europenii „moderni" cu chipurile statuilor greco-romane antice. În cazul maimuțelor, unghiul este între 42° și 58°; în cazul africanilor este de 70°; în cazul europenilor, de 80°; iar în cazul statuilor, reprezentând idealul clasic de frumusețe, este de 95–100°. Prin urmare, africanii sunt cel mai departe, iar europenii, cel mai aproape de specimenul uman perfect. Această teorie a devenit stâlpul „rasismului științific" sau al „biologiei rasiale", credința că măsurătorile fiziologice „dovedesc" inferioritatea anumitor rase, teorie care a dăinuit până în secolul XX.

Chirurgul scoțian Sir Charles Bell (1774–1842), fiind și un ilustrator talentat, a făcut, în *Essays of the Anatomy and Philosophy of Expression**, legătura între structurile și musculatura feței și exprimarea emoțiilor, despre care credea că provin din intelect. După părerea sa, aceste expresii faciale sunt unice fiecărui individ, deosebesc oamenii de animale și demonstrează relația specială dintre om și Creator.

Guillaume-Benjamin-Amand Duchenne de Boulogne (1806–1875), inovator în domeniul neurologiei, a confirmat ideea lui Bell prin stimularea mușchilor faciali cu un instrument nou, electricitatea, ca să obțină expresii. Și-a consemnat experimentele folosindu-se de încă o tehnologie nouă, fotografia, și a publicat uluitoarele imagini într-o carte, *Mécanisme de la physionomie humaine.*** Spre deosebire de predecesorii săi, el a respins noțiunea că trăsăturile faciale reflectă fibra morală, considerând că

* Eseuri de anatomie și filosofie a expresiilor (engl.). (*N.t.*)

** Mecanismul fizionomiei umane (fr.). (*N.t.*)

expresiile sunt „o poartă către suflet" — către stările mentale de moment. Acest studiu al emoțiilor și patimilor, spre deosebire de trăsăturile fixe de personalitate, se numește patonomie. Duchenne credea că, bazându-se pe anumite grupe de mușchi, fețele noastre pot să exprime cel puțin 60 de emoții diferite, pe care toți oamenii le transmit în același fel, și că expresiile faciale sunt, de fapt, un limbaj universal.

Una dintre aceste 60 de expresii este „zâmbetul Duchenne", ce presupune contracția a doi mușchi, mușchiul zigomatic mare (pentru ridicarea colțurilor gurii) și mușchiul orbicular al ochiului (ce ridică pielea obrajilor și face să se încrețească pielea din jurul ochilor). Această contracție dublă este semnul unui zâmbet autentic, despre care oamenii de știință știu acum că este generat într-o altă zonă cerebrală (sistemul limbic) decât zâmbetul fals, controlat de cortexul motor.

Charles Darwin (1809–1882), eminentul naturalist englez, credea la rândul lui că există o exprimare universală a emoțiilor, unele dintre ele — cum ar fi ridicarea sprâncenelor în semn de surpriză — fiind comune omului și animalelor. Era o distanțare radicală de ideea lui Charles Bell conform căreia expresiile faciale semnifică legătura specială dintre om și Dumnezeu.

În 1872, Darwin și-a publicat cea de-a treia lucrare majoră despre teoria evoluționistă, *Expresia emoțiilor la om și animale*, tratând de astă dată aspectele biologice ale emoțiilor. Documentându-se pentru ea, a răspândit în toată lumea un chestionar despre manifestarea emoțiilor la diferitele culturi, s-a bazat pe propriile notițe antropologice făcute în călătoriile sale și pe observațiile asupra animalelor, a făcut experimente psihologice pe rude și prieteni și s-a consultat cu Duchenne și cu James Crichton-Browne, psihiatru și neurolog englez. Darwin a ajuns la concluzia că musculatura facială nu este specializată să producă 60

de expresii diferite ale emoțiilor, cum credea Duchenne, dar că mușchii acționează concertat ca să producă un grup principal de expresii, comune tuturor culturilor: furie, frică, surpriză, dezgust, bucurie și tristețe.

Unul dintre marii continuatori ai lui Darwin a fost neurologul, antropologul și romancierul italian Paolo Mantegazza (1831–1910), cunoscut astăzi cel mai probabil datorită entuziastelor sale experimente despre efectele cocainei asupra psihicului uman (era un fan al acesteia). Influențat puternic de lucrările lui Darwin și de studiile fotografice ale lui Duchenne, el a documentat expresiile de durere provocate de diverși stimuli senzoriali, cum ar fi grimasa la sesizarea unui miros urât și încruntarea cauzată de amintiri dureroase. Printre alte cărți despre subiecte care l-au pasionat, precum iubirea și ura, Mantegazza a publicat o lucrare majoră, *Fisonomia e mimica**, care se dorea a fi un „alfabet" al expresiilor faciale ale emoțiilor, ținând seama și de proporțiile feței. El a clasificat expresiile faciale în funcție de proveniența lor: din simțuri, din pasiuni și din intelect, și a ținut seama, în interpretarea semnificației lor, și de factori precum cultura, genul și perioada istorică.

Dincolo de toți acești neurologi și fiziologi s-a situat pictorul portretist Carl Huter (1861–1912), a cărui teorie a psihofizionomiei căuta „să cunoască natura umană exprimată prin corp, viață, suflet și expresii faciale". El considera psihofizionomia ca fiind știința fundamentală, căci suntem capabili să percepem numai lucrurile din exterior și trebuie să ne bazăm pe ceea ce vedem pentru a ghici ce se ascunde în interior. Observațiile sale asupra chipului oamenilor, asupra capului și formei corporale, precum și asupra expresiilor faciale și gesturilor l-au condus către crearea celor cinci categorii de natură umană — armonioasă, nearmonioasă, nutrițională, bazată pe mișcare și

* Fizionomie și mimică (it.). (*N.t.*)

bazată pe senzații — despre care credea că pot fi reproduse și în regnurile vegetal și animal. S-a luptat întreaga viață să împace teoria sa cu noile descoperiri din biologie, fizică și anatomie, dar și din astrologie, psihologie și teologie. Chiar și în ziua de azi există grupuri huterite în Europa, care continuă munca sa din domeniul psihofizionomiei. Printre teoreticienii contemporani inspirați inițial de Huter trebuie menționat respectatul terapeut naturist Natale Ferronato, a cărui disciplină, patofizionomia, caută dovezi de boală prezente pe față.

Alături de aceste considerații filosofice, fiziologice și psihologice ale feței, există și aplicații practice ale științei fizionomiei. La jumătatea secolului al XIX-lea, Cesare Lombroso s-a folosit de fizionomie pentru a lansa noua știință a criminalisticii. Combinând principiile clasice cu noile teorii ale lui Charles Darwin, Lombroso a susținut că ucigașii sunt „reveniri sălbatice" la un stadiu anterior din evoluția omului. Prin urmare, „criminalul înnăscut" are trăsături „primitive", cum ar fi o frunte îngustă și teșită, un maxilar mare și proeminent și un nas cârn sau borcănat. A fi stângaci era tot un semn de porniri infracționale. Aceste idei pot să pară ușor de combătut, căci criminalii nu seamănă între ei, dar pentru că erau atât de aliniate prejudecăților vremii, s-au dovedit a avea o influență foarte mare.

La începutul secolului XX, știința fizionomiei și-a pierdut întâietatea în fața noilor tehnologii de diagnostic din medicină și a noilor teorii comportamentale, de la frenologie (studiul formei craniului) la psihanaliză. Totuși, ea s-a reflectat vreme îndelungată în expresii idiomatice din toate limbile: *dintr-o clipire, cât ai clipi, a ridica din sprânceană, a se umfla în pene, a strâmba din nas, a-i ieși pe nas* și *a-i veni acru în gură* sunt doar câteva exemple.

* * *

În timp ce în Occident citirea feței s-a evaporat, în Asia a rămas o disciplină respectată de mii de ani. Importanța sa culturală, mai ales în China, este întărită prin faptul că o diagramă a principiilor antice și moderne de citire a feței este prezentă pe bancnotele mari care circulă în Hong Kong. China a avut școli înfloritoare de citire a feței încă din anul 480 î.Hr. și celebrează și în prezent anumiți maeștri din Antichitate. Denumirea disciplinei, Mien Shiang, înseamnă literal „citirea" (*shiang*) „feței" (*mien*).

Primii cititori chinezi ai feței au fost probabil discipoli ai lui Lao-Zi, care se presupune că a fost contemporan cu Confucius (551–478 î.Hr.) și autor al *Tao Te Ching*, ghidul unei vieți simple, în armonie cu forța naturii numită Tao, acesta fiind textul fundamental al Taoismului. Este discutabil dacă Lao-Zi a existat cu adevărat sau nu. Numele său înseamnă „bătrânul maestru", iar cărturarii moderni consideră că ar putea fi vorba despre un amalgam de înțelepți, cartea sa fiind o colecție a învățăturilor acestora. Figură centrală a culturii chineze, el este venerat și ca maestru, și ca zeitate.

Primul cititor cunoscut al feței a fost probabil Guigi Xiansheng, un pustnic cunoscut sub numele de Înțeleptul din Valea Stafiilor, presupus autor al textului *Guiguzi*, o carte de idei taoiste despre politică și teoria opoziției dintre *yin* și *yang*. Tradiția spune că a fost mentorul lui Sun Bin (decedat în anul 316 î.Hr.), celebru pentru extinderea tratatului străvechi *Arta războiului*, de Sun Tzu, și al lui Pang Juan (decedat în anul 342 î.Hr.). Cei doi au fost buni prieteni, dar au devenit dușmani de moarte și căpeteniile unor state aflate în război, fiind comemorați și în ziua de azi ca zei păzitori ai ușilor în templele chineze.

În anul 221 î.Hr., Qin Shi Huang (259–210 î.Hr.) a cucerit statele chineze fărâmițate și a devenit primul împărat al țării unite. Printre realizările sale se numără construirea inițială a Marelui Zid care să protejeze China de jefuitorii

eurasiatici. Ca să șteargă trecutul, el a poruncit să se ardă cărțile (păstrând cópii pentru bibliotecile regale), iar anumite practici tradiționale, printre care și citirea feței, au fost restricționate, fiind permise numai la palat.

A recurs la cititori de fețe pentru construirea mormântului său, care este una dintre minunile lumii. Mai mare decât orice altă cetate existentă pe-atunci, conținea o cameră mortuară cu constelații pictate pe tavan și, conform izvoarelor istorice, în partea de jos era înfățișat pământul, cu 100 de fluxuri de mercur, acționate mecanic, reprezentând râurile. Mormântul a fost protejat de un puț imens, cu o dimensiune de circa 2 km^2, unde a fost instalată o vastă armată de soldați de teracotă.

Legenda spune că, pentru crearea soldaților, cititorii de fețe au fost trimiși să cutreiere zonele rurale în căutarea unor modele de chipuri care să inspire bravură, tărie și loialitate. S-a emis ipoteza că matrițele au fost create pentru mai bine de 10 tipuri diferite de fețe, pictate apoi pentru a li se conferi trăsături individuale. Fiecare dintre cele aproximativ 8 000 de statui — luptători în armură, sulițași în care de luptă, cavaleriști cu caschete, arcași îngenuncheați, comandanți și mulți alții — are un chip diferit.

În secolul al III-lea, China s-a împărțit din nou în ceea ce se cheamă cele Trei Regate, dintre care unul, Shu Han, a fost condus de fostul războinic Lui Bei. Ajutorul său de nădejde, Zhuge Liang (181–234), a fost strateg militar, inventator și, în cele din urmă, conducătorul unei provincii, fiind autorul lucrărilor chineze clasice *Treizeci și șase de stratageme* și *Stăpânirea artei războiului*. Se spune despre el că a fost un mare diplomat și se presupune că a eliberat de șapte ori un rebel capturat ca să se asigure de cedarea totală a acestuia. Mai era și un foarte bun cititor de fețe, însărcinat să-i aleagă pe aceia care se potriveau cel mai bine în posturi importante, scriind și cărți despre tehnicile sale. Venerat în China ca semizeu, având temple construite

în onoarea sa, este un personaj proeminent în *Povestea celor Trei Regate*, un roman din secolul al XIV-lea, scris de Luo Guanzhong și popularizat în prezent în diverse filme, seriale TV, benzi desenate manga și jocuri video.

Câteva secole mai târziu, Yang Chiu Pu (581–688) și-a câștigat renumele pentru că a combinat citirea feței cu arta străveche a feng shui-ului, adică echilibrarea energiei oamenilor în spațiile de locuit. Luat pe bucăți, numele său înseamnă „salcie" (Yang) și „pentru săraci" (Chiu Pu), prin urmare, e cert că a fost un protector și un mentor respectat.

Li Shen Feng (589–686), contemporanul său, a fost chemat la numai 13 ani să efectueze o citire a fețelor celor din familia guvernatorului și comandantului militar al provinciei Shanxi, Li Yuan (566–635). Li Shen Feng l-a remarcat pe fiul mijlociu al comandantului, Li Shimin (598–649), ca asociind calitățile unui dragon și ale unei phoenix, prezicând că va ajunge la putere în 20 de ani.

După înfrângerea mai multor rivali, în anul 618 Li Yuan a pus bazele dinastiei Tang, domnind sub numele de Împăratul Gaozu. Deși a reformat sistemul juridic și a reunit teritoriile țării, domnia sa a durat numai opt ani. În 626, Li Shimin și-a ucis frații și și-a forțat tatăl să abdice, adeverind întocmai prezicerea lui Li Shen Feng.

Li Shimin, sub numele de Împăratul Taizong, a devenit unul dintre cei mai mari conducători pe care i-a avut China. Li Shen Feng a devenit consilierul său de taină. Într-o zi s-a întâmplat să o zărească, printre sutele de concubine ale împăratului, pe tânăra Wu Zetian, și a susținut — deși era puțin probabil — că ea avea să devină viitoarea împărătească a Chinei.

Wu Zetian (624–705) a fost una dintre puținele femei ale acelor vremuri care a primit educație înainte să devină concubină imperială, la vârsta de 14 ani. Nefiind niciodată una dintre favoritele lui Taizong, a primit însărcinări secretariale și astfel și-a continuat studiile. S-a mai ocupat

și de Li Zhi, cel mai mic dintre cei 14 fii ai împăratului. După moartea lui Taizong a fost alungată la o mănăstire, alături de alte concubine care nu aveau copii, până când a salvat-o de acolo Li Zhi. Când el s-a suit pe tron, devenind Împăratul Gaozong, Wu Zetian a devenit concubina sa principală, apoi împărătească consoartă și regentă. De-a lungul mai multor ani de intrigi sângeroase, ea a dobândit constant putere. La moartea lui Gaozong, s-a proclamat împărătească și a domnit între 690 și 705, exact așa cum prezisese Li Shen Feng, fiind singurul suveran femeie din istoriei Chinei.

Aceștia sunt numai câțiva dintre legendarii cititori chinezi ai fețelor, de-a lungul secolelor urmând să apară mulți alții. În epoca modernă, Chiang Kai-shek (1887–1975), președintele Republicii Chineze din 1928 până la moartea sa (conducând teritoriile continentale până în 1949, când a fost înlăturat de Mao Zedong, iar din 1950, Taiwanul), a apelat cu încredere la recomandările cititorilor de fețe.

Citirea feței a continuat să se dezvolte în Taiwan și în Hong Kong și după 1966, când a început Revoluția Culturală a lui Mao Zedong. Deși Mao (1893–1976) s-a consultat cu cititori de fețe, practica în sine și tradiții ca feng shui, tai chi și qi gong, au fost considerate laolaltă drept Vechile Obiceiuri (idei vechi, cutume vechi, cultură veche și gândire veche), fiind toate patru interzise, sub pedeapsă aspră, de-a lungul celor zece ani cât a durat Revoluția Culturală.

După două generații de la dispariția lui Mao, citirea feței a fost readusă la viață în China, deși unele dintre învățăturile și cunoștințele străvechi s-au pierdut. De asemenea, locul său în cultura chineză este oarecum confuz. Unii dintre cei cu părinți și bunici cărora li s-a interzis să o practice o consideră un divertisment, ca și ghicirea viitorului, și nu o metodă solidă de analiză. Cu toate acestea, este considerată o metodă importantă în Medicina Tradițională

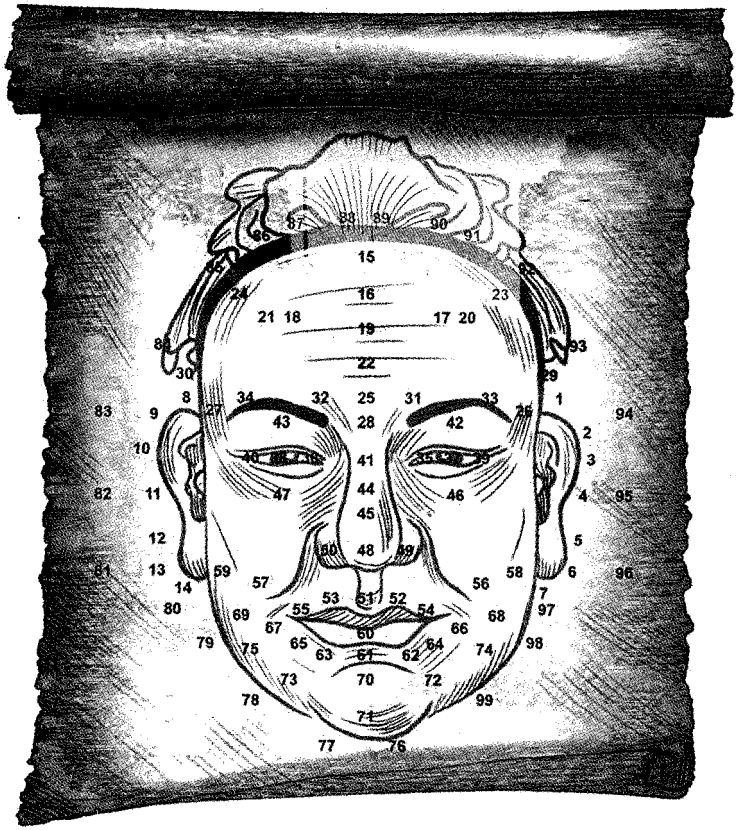
Chineză. Mai este bine primită și în lumea afacerilor — din Asia, Orientul Mijlociu și nu numai — de către unii lideri de corporații care caută avantaje în negocieri.

Deoarece principiile chineze de citire a feței au o istorie atât de solidă și de codificată, ele se află în prezent la baza demersurilor profesioniste de citire a feței, fiind și fundamentul practicii mele. În capitolul 4, „Arta citirii feței", voi vorbi despre abordările cele mai utilizate.

Capitolul 4
Arta citirii feței

De-a lungul mileniilor, așa cum era și normal, au apărut în China mai multe școli diferite de citire a feței, adică Mien Shiang. În practica mea mă bazez din când în când pe unele dintre ele, precum și pe tradițiile europeană și sud-americană, pe care le-am asimilat și le-am descris în capitolul 2, „Eric e un ou". În plus, pentru o perspectivă mai profundă, mă refer ocazional — așa cum veți vedea în partea a II-a, „Povești de viață" — la anumite diagrame ezoterice chineze ale feței, de pildă cea a destinului, care face legătura între 108 puncte diferite de pe față indicând anii din viața unei persoane.

Am inclus și ideile despre microexpresii ale marelui psiholog Paul Ekman și ale altora. Microexpresiile sunt reacții emoționale instantanee, unele voluntare, altele involuntare. Sunt universale, însemnând că exact aceleași sunt observate în toate culturile și, după cum o arată studiile, chiar și la oamenii orbi care nu și le-au putut însuși prin observație. În sfârșit, asemenea oricui studiază oamenii, sunt atent la limbajul corporal și la alte indicii fizice despre personalitate. Merită să se țină seamă de toate sursele de informație. Capitolul 7, „Lumea expresiilor faciale" vorbește în detaliu despre microexpresii și despre alte metode de percepție.



Diagramă chineză de citire a feței

Aceste influențe multiple definesc stilul și filosofia mea de citire a feței, alături de alte câteva principii esențiale:

1. Citirea feței nu este psihoterapie sau ghicirea viitorului. Este observarea feței la un anumit moment. Uneori văd indicii din trecut care merită explorate pentru că influențează prezentul, dar scopul meu nu este scormonirea trecutului în scopul rezolvării problemelor. La fel, pot

vedea posibile efecte ale modului în care trăiește clientul respectiv și pot discuta alegerile sau dificultățile pe care le poate avea. Dar asta nu este același lucru cu prezicerea viitorului, care e mai degrabă un act de magie.

2. Conceptele ca „bun" și „rău", „pozitiv" și „negativ" nu au loc în filosofia mea profesională. Fiecare dintre noi s-a născut cu anumite trăsături, cizelate de experiența de viață, de care se poate folosi în avantajul sau dezavantajul său. Această expresie a potențialului o numesc a trăi în câștig (satisfacție) sau în pierdere (sabotaj). În discuția despre metoda formelor feței din acest capitol voi face o listă cu tendințele de câștig și de pierdere ale fiecărei forme. În partea a II-a, „Povești de viață", pe măsură ce trecem în revistă poveștile clienților, voi sublinia factorii care îi ajută sau îi împiedică pe aceștia, în încercarea lor de maximizare a posibilităților înnăscute pe care le au.

3. Orice chip are două părți. Partea dreaptă (guvernată de emisfera cerebrală stângă) reflectă conștiința, logica și lumea materială. Stânga (guvernată de emisfera cerebrală dreaptă) este partea subconștientului, idealismului, creativității și viselor. Cine suntem este o expresie a acestei dualități. Pentru a evalua o persoană, încep prin observarea întregii fețe, așa cum facem cu toții când ne formăm o primă impresie, dar apoi trebuie să examinez separat fiecare parte.

4. Ochii și gura sunt elemente esențiale ale interpretării. Sunt importante și alte aspecte ale feței, desigur, dar ochii și gura au o semnificație specială. Consider că sunt elemente fundamentale ale citirii feței din două motive: sunt cele mai flexibile și mai dinamice trăsături, permanent în mișcare și în proces de comunicare, căci sunt direct conectate cu creierul — ochii prin intermediul nervilor optic, oculomotor, trohlear și abducens, iar gura, prin intermediul unei rețele speciale de nervi, adaptată multiplelor sale funcții.

* * *

Partea a III-a, „Ghid de citire a feței", pune la dispoziție multe informații detaliate despre ochi și gură — formă, dimensiuni, poziționare și așa mai departe —, precum și despre sprâncene și alte trăsături. Dar este mult mai eficient să fie evaluată mai întâi întreaga față, cu receptivitate și intuiție, înainte de accentul pus pe astfel de elemente specifice.

Elementele de bază ale citirii feței în stil chinezesc

Anumite metode tradiționale de citire a feței în stil chinezesc se bazează pe „zone" sau „regiuni" ale feței. Cititorul caută anomalii, cum ar fi cicatricile și diferențele de culoare și le interpretează pe baza localizării lor exacte și a aspectului lor. De exemplu, un neg reprezintă întotdeauna o emoție negativă captivă, ca furia, iar locul său arată în ce domeniu al vieții este prezentă acea problemă. O zonă netedă, fără semne, poate să indice ușurință, confort și chiar și noroc în anumite situații. De obicei, nu analizez oamenii pe baza acestor metode, dar uneori mă bazez pe ele pentru informații suplimentare.

Metoda celor trei zone

Această metodă împarte fața în trei părți. Dimensiunea relativă a zonelor — să spunem, o frunte înaltă și un nas și o bărbie care sunt apropiate — poate sugera anumite trăsături de personalitate, în funcție de cine efectuează citirea.

1. **Zona 1, Zona Celestă**, asociată cu prima tinerețe, de la 15 la 30 de ani, se întinde de la linia părului la sprâncene.
2. **Zona 2, Zona Voinței sau Zona Umană**, asociată cu vârsta mijlocie, de la 30 la 50 de ani, se întinde de la sprâncene până sub nări.
3. **Zona 3, Zona Telurică sau Zona Vârstei**, asociată cu viața după vârsta de 50 de ani, se întinde de sub nări până la bărbie.

Metoda celor opt regiuni

Toate regiunile din această metodă sunt deasupra nasului și nu țin seama deloc de gură. Aceste regiuni nu sunt ușor de descris, dar iată câteva aproximări:

1. **Regiunea Vieții**, cea mai importantă regiune, se găsește deasupra pliurilor pleoapelor și se întinde până la sprâncene.
2. **Regiunea Hotărârii (Determinării)** este reprezentată de tâmple (tâmplele scobite indică o lipsă de hotărâre).
3. **Regiunea Carierei** se găsește pe mijlocul frunții.
4. **Regiunea Prosperității** este nasul.
5. **Regiunea Prieteniei** este în centrul frunții, imediat sub linia părului.
6. **Regiunea Părinților** se găsește la marginile frunții, întinzându-se de la tâmple la linia părului.
7. **Regiunea Sănătății și a Puterii** se întinde de la colțul interior al ochilor până la puntea nazală.
8. **Regiunea Iubirii** se întinde în jurul marginii exterioare a ochilor, cuprinzând mai ales colțurile exterioare ale acestora și pleoapele inferioare.

Metoda Palatelor Norocului

Această metodă este mai cuprinzătoare și împarte fața în 12 arii de viață numite cele Douăsprezece Palate ale Norocului. Palatele, ce corespund celor 12 case ale zodiacului chinezesc, dezvăluie norocul unei persoane în domenii precum cariera, iubirea, sănătatea și prosperitatea. Ce sunt aceste palate, unde sunt localizate și ce semnifică poate să varieze, în funcție de maestru și de școala de gândire. Palatele mai pot fi interpretate și altfel, pentru a răspunde la diversele întrebări ale clientului.

Sistemul celor Douăsprezece Palate este comparabil cu diagrama Regiunilor Personalității prezentată în Partea a III-a, „Ghid de citire a feței", bazată pe clasificarea de către Aristotel a regiunilor feței în funcție de legătura lor cu personalitatea.

Asemenea altor teorii ale zonelor, „defectele" precum cicatricile, alunițele și ridurile care apar în palate sunt supuse interpretării. În general, mă folosesc de această metodă de analiză și predicție numai dacă mi se cere. Iată o versiune a celor Douăsprezece Palate ale Norocului:

1. **Palatul Carierei, Kaun Lu Kung.** Acest palat, situat în mijlocul frunții, guvernează și munca, și prieteniile durabile, mai ales cu oamenii influenți. Dacă zona este netedă și curată, probabil că ești popular și ai magnetismul și farmecul de a atrage susținerea și iubirea unor prieteni sus-puși. O culoare neuniformă a pielii, aluniță și cicatrici în această zonă arată că vei înfrunta obstacole în muncă și în prietenie. Ești probabil destinat să repeți iar și iar aceleași lecții, dar trebuie să rămâi hotărât și să-ți urmezi scopurile.

2. **Palatul Deplasării și al Călătoriilor, Ch'ien I Kung.** Acest palat, situat la marginea frunții, incluzând și tâmplele, guvernează și călătoriile concrete, și trecerea prin

viață. Dacă tâmplele nu sunt umflate, nici scobite și nu au defecte, călătoria și explorarea sunt facilitate și te poți aștepta la un parcurs lin prin viață. Dacă tâmplele sunt umflate sau scobite ori dacă au alunițe sau cicatrici, s-ar putea să ai probleme de-a lungul vieții și trebuie să fii atent la potențialele dificultăți, ca accidentele în călătorii.

3. **Palatul Fraților, Hsiung Ti Kung**. Acest palat, situat imediat sub sprâncene și influențat de lungimea și forma lor, nu guvernează doar relațiile cu frații propriu-ziși, ci și cu „frații" pe care ți-i oferă viața. Starea sprâncenelor tale descrie cum sunt acești frați, ce relație ai cu ei și cât este de probabil să-i pierzi.

4. **Palatul Vieții, Min Kung**. Acest palat, situat între ochi, guvernează viața ta emoțională. O zonă curată, având o culoare uniformă, sugerează stabilitate în relații, precum și timp și inspirație suficientă pentru a te bucura de ele. Linii proeminente și alte defecte indică o viață emoțională poticnită, o inimă împovărată și dificultăți cu cei dragi.

5. **Palatul Sănătății sau al Bolii**, Chi O Kung. Acest palat, situat pe lateralele nasului, dedesubtul punții nazale, guvernează starea generală de sănătate. O piele uniformă și fără alunițe, cicatrici și alte semne sugerează că ai o stare bună de sănătate și n-ai de ce să te temi din acest punct de vedere.

6. **Palatul Prosperității, Ts'ai Dai Kung**. Acest palat, ce cuprinde vârful nasului, guvernează succesul material. Cu cât este mai bine format — mai drept, mai puțin curbat sau buclat — cu atât ești mai binecuvântat cu bogăție. O formă bună mai indică și faptul că ești responsabil pentru propriile tale eforturi și că ești încrezător în sine. Defectele și diferențele de culoare reprezintă dificultățile întâlnite în viață, iar dacă apar, ar trebui să-ți cultivi forța de a le depăși.

7. **Palatul Casei și al Fermei, T'ien Chai Kung**. Acest palat, situat deasupra pliului pleoapei superioare și

întinzându-se până sub sprânceană, guvernează viața domestică. Dacă zona nu este pătată și are o culoare uniformă, te poți aștepta să ai o viață domestică de bun augur. Orice pată este un avertisment în privința dificultăților, cum ar fi sărăcia.

8. **Palatul Bărbatului și Femeii, Nan Nu Kung.** Acest palat, situat imediat sub ochi, pe pleoapa inferioară, guvernează viața de familie. O zonă fără pete, de culoare uniformă, sugerează armonie și indică faptul că orice problemă va fi rezolvată rapid. Cicatrici, alunițe sau decolorări ale pielii sunt un semn de discordie.

9. **Palatul Partenerului și al Iubitului, Ch'i Ch'ien Kung.** Acest palat, situat în lateralele obrajilor, guvernează viața sentimentală, în interiorul sau în afara căsniciei. O zonă curată și netedă sugerează armonie în iubire, în timp ce petele și pielea decolorată înseamnă conflict și lipsă de iubire.

10. **Palatul Slujitorului, Nu P'u Kung.** Acest palat, situat la nivelul scobiturii dintre buze și bărbie, guvernează relațiile dintre prietenii cu același statut. Termenul de *slujitor* se referă la a fi în slujba prieteniei, nu în slujba altei persoane. Aspectul acestei zone ridică problema încrederii și neîncrederii, dacă pui preț pe părerea altora și așa mai departe. Ridurile și alte defecte pot să însemne că ești lipsit de tact sau că-ți faci dușmani degeaba.

11. **Palatul Norocului și al Virtuții, Fu Te Kung.** Acest palat nu este asociat cu niciun punct fix de pe față, ci cu expresiile faciale. Tipul de expresii pe care le ai și modul în care le dezvălui arată evoluția norocului tău.

12. **Palatul Feței, Hsiang Mao Kung.** Nici acest palat nu are un punct fix, ci este un index al feței, un rezumat despre ceea ce dezvăluie alte puncte, oferind o descriere a aspectului tău generic.

Metoda narativă

O metodă mai filosofică de analiză se bazează pe structurile feței și depinde de abilitățile narative ale celui care efectuează citirea. Trăsăturile clientului sunt metafore, iar legăturile dintre ele dau naștere unei povești. De exemplu, bărbia este Muntele Sudic, iar fruntea, Muntele Nordic, în timp ce trăsăturile mai molatice pot fi râurile. Cel care efectuează citirea se uită la acest „peisaj" al feței și construiește o narațiune prin care explică personalitatea clientului.

Metoda celor Cinci Elemente

Unele dintre metodele importante de citire a feței includ cele Cinci Elemente sau Cinci Faze (Wu Xing), acestea fiind metafore pentru energiile fundamentale ale universului. Cele cinci elemente sunt Lemnul, Focul, Pământul, Metalul și Apa. Profund înrădăcinată în cultura chineză, teoria celor Cinci Elemente este un mod de organizare și de înțelegere a lumii.

Prin urmare, orice aspect al vieții — mental, fizic și spiritual — este încadrat într-o categorie în funcție de energia sa: părți ale corpului, proprietăți ale medicamentelor, note și accente în muzică, mișcări din artele marțiale, vremea, momentele zilei, rolul oamenilor în familie și societate și așa mai departe. Există diagrame care să arate aspectele vieții și calitățile asociate cu fiecare element. De exemplu, cu privire la culori, Lemnul este asociat cu verdele, Focul cu roșul, Pământul cu galbenul, Metalul cu albul și Apa cu albastrul și negrul.

În parte, ideea celor Cinci Elemente este să explice cum interacționează diversele aspecte ale vieții, fie într-un mod „generator" (pozitiv și susținător), fie „nimicitor" (negativ și distructiv). Secvențele stabilite de interacțiune sunt:

- ***Generatoare***: Lemnul aţâţă Focul, Focul creează Pământul (cenuşă), Pământul conţine Metalul (minereu), Metalul poartă Apa (găleţi, ţevi), iar Apa hrăneşte Lemnul (copaci).
- ***Nimicitoare***: Focul topeşte Metalul, Metalul sparge Lemnul (topoare, ferăstraie, cuie), Lemnul penetrează Pământul (rădăcinile copacilor care pătrund în sol şi-n piatră), Pământul absoarbe Apa, iar Apa stinge Focul.

De regulă, în folosirea celor Cinci Elemente, scopul este găsirea echilibrului. Iată câteva exemple foarte simplificate despre cum sistemele de citire a feţei pot face asta.

Feng Shui. Mediul ambiant îi poate influenţa pe oameni fie într-un mod pozitiv, fie într-unul distructiv. De pildă, anumite persoane se simt foarte bine în anumite oraşe. Londra este un oraş de Metal, care susţine o persoană cu o natură de tip Apă, dar nu la fel de mult pe cineva cu o natură de tip Lemn. New York şi Hong Kong sunt oraşe de Foc şi ar susţine o persoană de tip Pământ, dar ar fi mai puţin confortabile pentru o persoană de tip Metal.

Oamenii blocaţi în locuri neospitaliere trebuie să lupte cu mediul prin creşterea elementelor de susţinere din viaţa lor. Astfel, o persoană de tip Metal într-un oraş de Foc ar rezista consumului intensiv prin aportul de elemente de Apă care să stingă Focul, precum şi de elemente de Pământ, pentru susţinere. În acelaşi fel, o persoană de Foc care trăieşte într-un oraş de Foc e bine să întărească celelalte elemente din viaţa sa, pentru a evita arderea prea intensă.

Personalitate. Punctul de pornire în analiza facială poate fi reprezentat de trăsăturile de personalitate asociate cu fiecare element:

- Lemn: idealism, spontaneitate și curiozitate
- Foc: pasiune și intensitate
- Pământ: bunăvoință și onestitate
- Metal: intuiție și rațională
- Apă: resurse, înțelepciune și erudiție

Dacă ne uităm cum interacționează oamenii — repet, este simplist, pentru că sunt mulți potențiali factori atenuatori —, lucrurile pot arăta așa: o persoană cu o natură de tip Lemn poate fi un partener atrăgător pentru una cu o natură de tip Foc, dar se poate simți criticată de persoana rațională de tip Metal și, la rândul ei, poate ofensa persoana de Pământ cu o natură blândă. O persoană cu o natură intensă de tip Foc poate stimula o persoană deschisă de Pământ, dar ambele pot să nu se potrivească deloc cu o persoană de Apă — în cazul celei de Foc, pentru că Apa i-ar domoli pasiunile, iar în cazul celei de Apă, pentru că energia Pământului i-ar încetini și i-ar tulbura curgerea. Chiar și cei care se potrivesc trebuie să-și mențină echilibrul — astfel, de pildă, o persoană de Lemn trebuie să fie atentă să nu ofere prea mult când are de-a face cu cineva de Foc.

Cum stabilește un cititor de chipuri natura unei persoane? Forma și aspectul trăsăturilor feței sunt și ele clasificate. De exemplu, o gură flexibilă, bine definită este asociată unei naturi de Foc, dar, dacă aceeași persoană are o frunte cu multe riduri drepte, neîntrerupte, asta sugerează o natură de Lemn. Apoi cititorul de chipuri adună numărul de elemente de Foc, de Lemn și de altă natură ca să stabilească ce element domină fața.

Mulți dintre noi avem, desigur, mai mult de un element dominant, ceea ce face din citirea feței — și din efortul de a echilibra cele Cinci Elemente — o artă și o știință deopotrivă.

Metoda formei feței

O metodă pe care o voi prezenta masiv în această carte presupune forma feței. Forma feței este o schiță a personalității, un fel de introducere. Foarte interesant, în Asia, practicanții de Mien Shiang vorbesc despre vreo 30 de forme diferite, dar în Occident noi ne ocupăm de cele opt-zece forme elementare. Motivul este acela că, dat fiind amestecul dintre oameni de-a lungul mileniilor, chipurile occidentale sunt de obicei o combinație între două sau mai multe forme. Printre clienții mei, estimez că numai un sfert sau o treime au o formă dominantă a feței. Circa 45% au două care pot să fie alăturate (o formă pe stânga și cealaltă pe dreapta), așezate una peste alta (o formă în partea de sus a feței și cealaltă în partea de jos) sau în alte configurații. Fețele combinate erau relativ rare în China antică, dar tradiția ține seama de ele.

Între 15 și 20% dintre chipurile pe care le citesc combină trei forme diferite. Amestecurile cele mai comune au fost încadrate în propriile lor categorii — fața de tip Dragon, de exemplu, este o combinație de față ovală (Jade), regală (King) și angulară (Fire). Foarte puține persoane — poate 5-10% dintre cei pe care-i văd — au combinații de patru sau mai multe forme ale feței. Această categorie neobișnuită se numește Maestrul Măștilor.

Partea a III-a, „Ghid de citire a feței", vorbește în detaliu despre diversele forme ale feței și despre trăsăturile asociate lor. Însă e important să reținem că forma feței este doar începutul. Mai sunt multe alte variabile de care să se țină seama în evaluarea feței, iar acestea apar într-un număr incomensurabil de combinații. Fiecare individ de pe planetă — și, prin urmare, fiecare chip — este unic. De fapt, sunt 7,6 miliarde de tipuri de fețe.

Formele feței de care ne vom ocupa în această carte sunt:

- ***Fața ovală (Jade)*** — are o formă ca de inimă, cu o frunte lată și o bărbie rotunjită. Tind să fie persoane cu mintea deschisă, care apreciază frumusețea, dar alunecă în timiditate și indecizie.

- ***Fața regală (King)*** — angulară, cu un maxilar puternic și osatură proeminentă: bărbie, pomeți, frunte. Tind să fie persoane puternice, hotărâte, care-i protejează pe cei slabi, dar pot aluneca în agresivitate și dogmatism.

- ***Fața angulară (Fire)*** — are o formă ca de triunghi, cu o frunte lată și o bărbie ascuțită. Tind să fie persoane pasionale și vibrante, dar pot aluneca în nerăbdare, distragere și egocentrism.

- ***Fața pătrățoasă (Tree)*** — alungită și lată, adesea având o linie în formă de U de la nivelul gurii până sub bărbie. Tind să fie persoane de încredere și reconfortante, dar pot să rămână blocate într-un loc, să fie rezistente la schimbare și deconectate emoțional.

- ***Fața rotundă (Moon)*** — mare și rotundă, cu un cap circular. Tind să fie foarte bune comunicatoare, pline de culoare și loiale, dar alunecă spre pasivitate și lipsă de disciplină.

- ***Fața trapezoidală (Bucket)*** — are forma unui ghiveci de flori, cu o bărbie pătrată, laterale angulare și o frunte lată. Tind să fie persoane creative, pragmatice și surse de inspirație pentru alții, dar ajung să se simtă blocate fără o muză sau un lider.

- ***Fața conică (Mountain)*** — are formă de pară, fiind mai plină la nivelul maxilarului decât al frunții, care este mai îngustă în lateral. Tind să fie persoane reziliente, generoase cu împrumuturile, care au succes mai târziu în viață, dar pot aluneca spre procrastinare și reținere emoțională.

- ***Fața piramidală (Ground sau Earth)*** — are forma unei piramide ciuntite în partea de sus, fiind mai lată la nivelul maxilarului decât al frunții. Tind să fie persoane dinamice, dar pot deveni prea încrezătoare în sine și agresive.

- ***Fața aplatizată (Iron)*** — este plată, având forma unui pătrat rotunjit la colțuri. Sunt persoane imperturbabile, raționale și loiale, dar pot aluneca în lentoare și fatalism.

- ***Fața lată (Wall)*** — mai mult lată decât lungă, este o formă relativ rară în Occident. Sunt persoane de încredere, foarte capabile și practice, dar pot aluneca spre egocentrism și deconectare emoțională.

Iată niște fețe combinate. De la stânga la dreapta: Față ovală regală (Jade King), față ovală rotundă (Jade Moon), față angulară pătrățoasă (Fire Tree).

În partea a II-a, „Povești de viață", voi povesti în legătură cu ce anume ne dezvăluie despre viața noastră combinația dintre forma feței, trăsături, expresii și alți factori — începând cu personalitatea, scopurile în viață, talentele și până la drumul către succesul în iubire, în relații și sănătate —, inclusiv ce anume pot crede alții despre noi.

* * *

Tu și eu — și toți ceilalți oameni — avem autobiografii scrise. Povestea noastră ni se citește pe față. Prin arta și știința citirii feței putem găsi iluminare în aceste povești.

Partea a II-a
Povești de viață

Capitolul 5
Personalitate și caracter

Cum începe autobiografia ta? Un cititor de fețe ar spune că este schițată la naștere — nu în sensul că viața ta este predeterminată, ci pentru că ești născut cu anumite atribute care se observă printre trăsăturile tale, precum și cu anumite talente și un Scop în viață, așa cum reiese din capitolul 6. Această esență, această arhitectură a vieții tale, se cheamă „personalitate".

Formele feței discutate în capitolul 4 sunt numai niște schițe generice ale diverselor personalități. Pe măsură ce ne maturizăm, prinde contur o formă a feței (iar pe parcursul vieții aceasta se poate modifica o dată, poate chiar de două ori). Trăsăturile noastre fixe — ochii și gura în mod special, dar și nasul, urechile, sprâncenele și părul — apar într-o configurație unică menită să ne definească personalitatea sau esența a ceea ce suntem.

Când trăim autentic, ne exprimăm personalitatea înnăscută. În mod normal, aproape nimeni nu face asta la perfecțiune. Când ne folosim de calitățile noastre înnăscute ca să ne împlinim Scopul, trăim „în câștig". Când nu — sau când cădem în plasa slăbiciunilor noastre inerente —, trăim „în pierdere". Cei mai mulți dintre noi oscilăm între aceste stări ale ființei.

De-a lungul vieții, personalitatea este dublată de „caracter". Caracterul nu este înnăscut, ci se dezvoltă ca urmare

a influențelor din exterior: cultura, mediul și situația în care trăim, familia, educația, partenerii și prietenii, chiar și experiențele de viață mai mici sau mai mari. Cititorii de fețe interpretează caracterul pe baza trăsăturilor noastre nefixate, în special expresiile faciale, generate de creier, dar care pot fi controlate.

Și mai grăitoare sunt microexpresiile, căci apar automat și numai pentru o fracțiune de secundă — vom vorbi despre ele în capitolul 7. Când ofer consultanță pentru anchetele poliției sau pentru angajări corporative, de multe ori mă uit fugitiv peste trăsăturile de personalitate. În schimb, mă concentrez pe indicii precum comportamentul, gesturile și expresiile faciale, inclusiv microexpresiile, care sunt o manifestare a caracterului. Nu am de ce să pun în balanță forțele mai globale, subconștiente ale personalității, ci mai degrabă sensibilitatea punctuală a unei persoane — cine este aceasta în acel moment precis.

În mod ideal, caracterul nostru este în linia personalității, dar, repet, tot ce putem realiza în cel mai bun caz este o oarecare suprapunere. Când între caracter și personalitate există o legătură slabă, suntem adesea deprimați, frustrați sau chiar agresivi. Cu cât personalitatea și caracterul sunt mai sincronizate, cu atât sunt mai mari integralitatea și împlinirea pe care le resimțim.

Din fericire, caracterul poate fi dezvoltat. De fapt, maestrul meu german mi-a ținut un curs-fulger de dezvoltare a caracterului. Nu a fost o pedeapsă sau o critică, ci mai degrabă un efort de a mă ajuta să ajung la nivelul potențialului pe care l-a văzut în personalitatea mea. În timpul uceniciei mele a văzut că tânjeam după cunoaștere și aveam o aplecare puternică înspre detectare și analiză. Deși acestea sunt niște calități foarte bune pentru un cititor de fețe, a vrut mai mult de la mine.

Stăteam într-un încântător restaurant de pe malul unui lac, situat într-o enclavă germană din Italia. A doua zi

urmau să sosească și ceilalți discipoli ai săi, deci pentru moment eram doar noi doi. Mi-a spus:

— Eric, știi care este una dintre marile tale probleme? Că nu comunici. Nu poți sta de vorbă cu oamenii.

— Poftim? i-am răspuns uimit. Am fost om de radio. Am lucrat în relații publice. Am avut foarte mulți oameni în subordine.

— Da, dar acestea au fost joburi, unde încercai să atingi un scop. Ești interesat de scopurile tale, dar nu și de oameni.

Am continuat să contraargumentez până când mi-a zis:

— Vezi cuplul de la masa aceea? Vorbesc în germană. Du-te acolo, prezintă-te și stai de vorbă cu ei.

— Glumești? Cine ar face așa ceva?! E o nebunie!

— Dacă n-o faci tu, o s-o fac eu!

S-a ridicat de la masă și s-a dus să-i salute, apoi a ajuns să rămână alături de ei la cină. Am rămas acolo singur, mâncând cu lehamite din spaghetele mele. În sfârșit, după cafea și un rămas-bun călduros, cei doi au plecat, iar el s-a reîntors la masă.

— A fost foarte interesant, mi-a declarat. Amândoi sunt medici. Au venit să-și viziteze fata, care își face studiile la Milano, și s-au hotărât să facă o excursie de o zi...

A continuat să povestească, spunându-mi despre ce-au văzut și ce recomandă, de parcă nu se întâmplase nimic ieșit din comun. Eram în așteptarea moralei — lecția sa.

— De-acum înainte va fi rândul tău, mi-a spus maestrul. Când o să ieșim cu toții să mâncăm, nu ai voie să stai la masă cu noi, ci va trebui să găsești pe altcineva din restaurant la masa căruia să stai și cu care să vorbești, așa cum am făcut eu.

Imaginează-ți groaza care m-a cuprins. Dar în următoarele cinci luni asta am făcut. Maestrul și ceilalți comandau de mâncare, în timp ce eu abordam persoane necunoscute, spunându-le: „Bună, eu sunt Eric. Îmi pare rău să te

deranjez, dar maestrul meu vrea să-mi exersez abilitățile de comunicare cu tine..."

Era umilitor, ca să nu spun altceva.

Am avut parte de toate reacțiile imaginabile, de la amabilitate la batjocură și la hohote de râs. În Elveția, oamenii au crezut că sunt psihopat. În Bavaria, atitudinea a fost: „Foarte bine! Ia o bere". Oricât de mult detestam fiecare astfel de interacțiune, am început să-mi dau seama ce înseamnă să interacționezi fără scop. Mantra mea a devenit: „Nu am nimic de obținut din această conversație. Nu trebuie decât să fiu prezent și să văd unde duce asta".

Exercițiul chiar mi-a îmbogățit caracterul, învățându-mă să fiu concentrat și să-mi las intuiția să mă ghideze. N-aș recomanda nimănui o astfel de probă de foc. Dar maestrul meu a conceput această disciplină specială ca eu să-mi trezesc capacitatea de a percepe și de a mă conecta cu ceilalți și în calitate de cititor novice de chipuri, și în calitate de ființă umană.

Poveștile din acest capitol vor ilustra cum se exprimă personalitatea și cum ne-o putem manifesta efectiv în propria viață.

Învățăturile unui bebeluș

Personalitatea este înnăscută, consideră cititorii de fețe, în timp ce caracterul se dezvoltă în funcție de experiențele vieții. Acest principiu a fost foarte bine ilustrat când a venit la mine un cuplu în vederea medierii unei dispute. Soțul, pe la 50 și ceva de ani, era la conducerea unei renumite firme de avocatură. Soția lui, cu 20 de ani mai tânără, avea o natură mai artistică, fiind fostă balerină și cântând la vioară. Și fizic erau opuși. El era un bărbat masiv cu burtă, în timp ce ea era foarte subțirică sfrijită chiar, și cu alura unui supermodel.

Se certau în privința fiicei lor de un an. Deși micuța putea să spună numai câteva cuvinte, fiecare dintre părinți îi stabilise deja viitorul. Mama plănuise să o dea la balet la patru ani, precum și la lecții de vioară, apoi să o înscrie la școala pe care ea însăși o urmase, o școală de fete privată și foarte șic. Tatăl insista să urmeze din timp lecții de limbi străine, ca să devină poliglotă, apoi o școală riguroasă în vederea dezvoltării unei cariere juridice pentru ca, în cele din urmă, să poată prelua conducerea firmei.

Voiau ca eu să citesc chipul copilului și să văd care dintre planuri predomină. Dar cum? Majoritatea bebelușilor au trăsături asemănătoare: o față rotundă sau ovală, piele fină, buze pline și ochi proeminenți, cu pupile mari. De aceea nu mă ocup niciodată de copii sub vârsta de șapte ani și încerc să mă rezum la persoanele ieșite deja din adolescență. Cei doi au tot făcut presiuni asupra mea până când am fost de acord să încerc, deși i-am avertizat: „Nu o să vă mint. S-ar putea să nu văd absolut nimic, iar citirea să se termine în cinci minute".

Studiind chipul copilului, mi-au venit în minte cuvintele unuia dintre maeștrii mei chinezi: „Ți-e scris în frunte". Copiii se nasc cu personalități distincte, așa cum poate confirma orice părinte, și cu riduri pe frunte care tind să dispară în primii doi ani. Deoarece mușchii feței sunt atât de direct conectați cu creierul, unii cititori de fețe consideră că aceste riduri pot oferi un indiciu despre trăsăturile înnăscute, înainte ca elemente precum cultura, voința altora și experiența să-și poată exercita influența.

Fruntea acestui copil avea o mulțime de riduri foarte fine, orizontale, în apropiere de linia părului și la distanță de sprâncene. În mod normal, ridurile din apropierea sprâncenelor reflectă legătura acelei persoane cu lumea materială; ridurile de pe mijlocul frunții au legătură cu ego-ul și cu iubirea de sine a persoanei respective; iar ridurile de mai sus indică spiritualitate și imaginație. Acest

copil avea o linie vagă, ca o aripă, deasupra fiecărei sprâncene, semnificând intuiție și instinct, și un început de linie verticală perpendiculară pe puntea nazală, ceea ce se cheamă acul suspendat. Acul suspendat indică determinare, autodeterminare (sau posibilă încăpățânare) și abilități de lider.

Punând toate aceste indicii la un loc, am putut oferi o schiță a ce anume ar putea deveni acest copil.

— Pe fața acestui copil nu văd un războinic corporatist sau o ființă aplecată spre partea fizică, precum un dansator. Copilul vostru este un idealist care va avea preocupări umaniste. Poate că va fi un vindecător. Poate că-și va dedica viața salvării planetei. Poate că va face ceva creativ în scopul ajutorării altora.

Cei doi au reluat riposta.

— Un avocat îi ajută pe ceilalți. Salvarea planetei e o bătălie ce se dă în tribunale, nu pe străzi, a spus tatăl.

— Nu toată lumea este motivată și dură ca tine, i-a răspuns mama. Tu vrei s-o apuce pe drumul către avocatură chiar de dinainte să știe să citească. Ca să cânți la un instrument trebuie să începi devreme, nu mai târziu de cinci sau șase ani. La fel și în cazul baletului. Ca să se descurce bine în lumea artei, trebuie să lucreze serios de timpuriu. Dacă așteptăm prea mult, va pierde trenul ăsta.

Au continuat să se contrazică, uitând că sunt și eu de față. Fără să vreau, le-am pus la dispoziție muniție nouă într-un război vechi.

— Stați puțin, le-am zis. Nu m-ați înțeles. Niciunul dintre voi nu deține acest copil și nu are dreptul să-i controleze viața. Mai mult, văd că acest copil nici nu vă va lăsa să faceți asta. Există semne — ridurile indicând instinct și intuiție — că va reuși să vă facă să vă luptați între voi. Între timp, ea va fi hotărâtă — acul suspendat — să-și găsească propriul drum. Dacă o să continuați să vă certați să o modelați după cum credeți, o veți îndepărta și vă veți

submina și căsnicia. Vreți așa ceva? Părerea mea este că acest copil v-a fost trimis nu ca să vă bateți pe el, ci ca o punte care să vă unească în calitatea voastră de parteneri care se iubesc și de părinți afectuoși.

N-au fost încântați, dar am simțit că mi-am susținut punctul de vedere în favoarea copilului. Așa că am avut o mare satisfacție când, după două zile, tatăl a venit să mă vadă și mi-a spus:

— Vă înțeleg punctul de vedere. Eu însumi am fost obligat de tatăl meu să urmez dreptul. Am muncit din greu și am obținut mari succese, dar simt că mi-am ratat chemarea. Nu pot vorbi în numele soției mele, care încă se mai frământă, dar vă promit că fiica mea va reuși să facă alegerile pe care eu nu le-am putut face. Vă mulțumesc că mi-ați reamintit asta.

Numai ochii la vedere

În februarie 2017, am fost invitat să vorbesc la World Government Summit din Dubai, o adunare de grupări internaționale precum Banca Mondială și Organizația Națiunilor Unite pentru Educație, Știință și Cultură (UNESCO). Au mai vorbit prim-ministrul Japoniei, care a fost invitatul principal, și perturbatori precum fondatorii Uber. Ce onoare!

La pauza de după discurs am fost abordat de o femeie înfășurată din cap până-n picioare într-o burka neagră. Doar ochii i se vedeau. Mi-a spus: „Mi-aș dori o citire a feței, dar presupun că este imposibil".

Era o provocare. În loc să le spunem ochilor oglinda sufletului, ar trebui să-i numim oglinda creierului, căci sunt legați direct de acesta prin nervul optic. Așa că erau multe informații pe care le puteam întrezări fie și numai din ochii ei.

Un indiciu evident au fost cearcănele negre de sub ochi. I-am spus: „Presupun că nu ați dormit prea mult. Nu doar noaptea trecută, ci în ultimele câteva săptămâni. De asemenea, faceți prea multe lucruri în fiecare zi și văd că sunteți epuizată. Poate ați fost chiar puțin răcită".

A fost surprinsă — tocmai scăpase de răceală —, însă cearcănele înseamnă întotdeauna o lipsă de energie, în special din cauza lipsei de somn, a unei îmbolnăviri recente sau a carenței de fier din organism. Marginea exterioară a cearcănelor avea o nuanță roșu-violet, de regulă un semn al secreției excesive de cortizol din cauza stresului.

Semnul cel mai evident că era epuizată a fost sclerotica (partea albă) de sub irisul ochilor săi. De regulă, irisul atinge și pleoapa superioară, și pleoapa inferioară, dar sclerotica se poate ivi dedesubtul irisului de la oboseală și carențe sau, la anumite persoane, din cauza unei preocupări intense.

Nu-mi puteam da seama de vârsta ei, dar avea riduri sub ochi, probabil din cauza vârstei, riduri care indicau slăbirea țesutului conjunctiv și, deoarece pleoapele sale erau ușor inflamate, o potențială slăbiciune la nivelul rinichilor și al vezicii urinare. Mai avea și trei riduri peste puntea nazală. Ridurile orizontale indică probleme cu spatele și, cu cât apar mai sus, cu atât problema este în partea mai superioară a spatelui. Ridurile ei m-au făcut să mă gândesc că avea gâtul înțepenit și asta-i provoca durere, probabil din cauza încordării. „Uau, da, așa este. Tot ce mi-ați spus e adevărat", mi-a zis ea.

Apoi a fost nerăbdătoare să audă despre personalitate. Când am dat cu ochii de ea, primul lucru pe care l-am zărit a fost o aluniță situată între ochi și tâmplă. O aluniță în acea poziție este semnul unei persoane călătoare. Dacă apare pe partea dreaptă, arată că ești mânat să explorezi în exterior, să cutreieri lumea. Pe partea stângă sugerează că ești mai înclinat spre călătoriile interioare, emoționale și că poți fi melancolic sau visător. Alunița ei era pe stânga. Mi-a confirmat că era o natură introspectivă.

Am continuat:

— Sunteți foarte hotărâtă și curajoasă. Cred că e greu să fiți atât de fermă pe poziții într-o cultură în care femeile sunt foarte constrânse.

— Da, avem limitele noastre. Dar cum vă dați seama că sunt hotărâtă?

I-am spus că avea ochii unui jaguar, cu colțurile exterioare orientate în sus. Personajele din desenele animate sau din cărțile cu benzi desenate — fie că sunt eroi pozitivi sau negativi — au niște versiuni exagerate ale unor astfel de ochi, ceea ce sugerează dinamism. Personajele de desene animate cu colțuri ale ochilor înclinate în jos tind să fie triste, ostenite, tulburate sau pasive.

I-am spus:

— Asta indică faptul că sunteți un om de acțiune, curajos și cu o voință puternică. Vă mobilizați să obțineți ce vreți, nu stați să așteptați să vă pice din cer. Sunteți expresivă, dar și intuitivă și receptivă. Văd asta din pupilele dvs. Sunt mari, sugerând imaginație și creativitate. Probabil că aveți zeci de vise pe noapte. Aveți și o inimă mare, ceea ce vă face vulnerabilă, ușor de rănit de vorbele altora.

Când am încheiat, și-a dorit o citire completă, dar pentru a-și arăta chipul trebuia să-i ceară voie soțului ei. L-a sunat, dar nu i-a răspuns. „Păi, atunci o să consider asta un da", a zis ea. Occidentalii le percep pe femeile în veșminte tradiționale ca fiind pasive, umile și temătoare. Dar aveam aici un exemplu viu de determinare în acțiune — și, în timpul șederii mele în Orientul Mijlociu, am descoperit că asta nu e ceva neobișnuit.

Gazda ideală

Unii oameni par niște persoane plăcute din naștere. Ceilalți îi înconjoară pentru că se simt imediat bine-veniți și acceptați. Aceste calități nu vin întotdeauna în completarea unui talent pentru prietenii profunde, dar sunt, în mod cert, un dar. Un prieten a făcut următoarea observație: „Probabil că e ceva pe fețele lor care ne atrage. Ce-i face atât de magnetici?"

Discutam despre proprietarul unui restaurant cu specific franțuzesc din Bangkok, unde era întotdeauna plin. Mâncarea era bună, peste medie, dar nu era nici pe departe cea mai bună. Tocmai luasem masa acolo ca să-l pot evalua. Când l-am cunoscut, fără să vorbim prea mult, am putut să-i simt prezența caldă.

Prietenul meu l-a întrebat: „Putem să facem o poză?" Binevoitoare, gazda a fost de acord și așa am avut și o fotografie pe care să o analizez mai în amănunt.

Pe fruntea sa erau multe riduri orizontale drepte, neîntrerupte, asta fiind demn de reținut. Cei mai mulți oameni au cel puțin trei: cel de jos reprezentând lumea materială, cel de la mijloc corespunzând sinelui sau eului, iar cel de sus fiind legat de idealism și de preocupările spirituale. Mulți oameni mai au și așa-numitele riduri ale instinctului, niște linii arcuite deasupra fiecărei sprâncene, care se formează ca urmare a mai multor momente de tip *aha!*, când ridicăm la propriu sau la figurat din sprâncene, ca și cum am spune: „M-am prins!"

Cu cât sunt mai multe riduri pe frunte, cu atât personalitatea este mai complexă și este mai largă gama de interese a persoanei respective. Ridurile neîntrerupte indică faptul că acea persoană este într-un relativ echilibru și duce la bun sfârșit ce a început. Prin urmare, oamenii cu riduri neîntrerupte au multe interese veritabile, sugerând că sunt deschiși la orice subiect de discuție, iar dacă n-ai

mare lucru de spus, vor avea ei destule în care să te implice. O astfel de persoană are potențialul de a te face să te simți în largul tău.

Ochii gazdei noastre erau un alt aspect important al atractivității sale. În loc să fie orientate direct spre tâmple, colțurile exterioare atârnau în jos, ca la un personaj de benzi desenate. În cărțile de benzi desenate, oamenii cu ochii orientați în jos sunt adesea victime, căci astfel de ochi sunt un semnal că „Nu sunt amenințător; am o personalitate pacifistă". Dar, când sunt dublați de un zâmbet cald, astfel de ochi transmit afecțiune și simpatie. Proprietarul își făcea clienții să se simtă confortabil și bine primiți.

Avea mustață și cioc, fiind bărbierit pe obraji, ceea ce indică faptul că este o persoană responsabilă, care-și asumă răspunderea. Gura sa largă, cu colțurile orientate în sus, mai îndulcea din acest aspect autoritar, indicând că era de încredere și ținea la etică. Chiar și linia părului, formând un ușor vârf pe mijloc, sugera o persoană pe care te poți baza, spunând: „Sunt independent și n-am nevoie de mare lucru de la ceilalți, dar mă aflu aici pentru oricine are nevoie de mine".

— Uau, ăsta da vot de încredere! Evident că oamenii intuiesc toate astea și-l adoră. Vezi și ceva negativ? m-a întrebat prietenul meu.

— Nu evaluăm chipurile ca fiind pozitive și negative sau bune și rele, ci doar în termenii potențialului de a trăi în câștig sau în pierdere. Uitându-mă la fotografie, nu-mi pot da seama de microexpresiile sale, care ar fi mai revelatoare. Dar pot vedea vag o posibilă arie de dificultate — viața sa sentimentală.

Avea nasul unui *connoisseur*, mare în raport cu fața sa, cu nări largi și îngroșate. Vârful nasului și stomacul sunt legate prin intermediul sistemului nervos. Vârful nasului său era bulbucat, indicând stres digestiv din cauza excesele.

Evident, era un căutător al plăcerilor, extinzându-și poate căutările și în privința aventurilor amoroase.

Prietenul meu a izbucnit în râs:

— Poate, dar n-o cunoști pe nevastă-sa! E dată dracului! N-aș vrea să fiu în pielea lui dacă-l va prinde vreodată înșelând-o. Probabil că l-ar alerga cu cuțitul.

— O, nu. Din fericire, de fapt nu pot vedea ce-i poate pielea. Pot zări doar potențialul. Și admir faptul că are o activitate care-i completează atât de bine personalitatea.

Vampirul energetic

Oameni ca „gazda ideală" ne țin pe linia de plutire, dar există și personalități care ne trag la fund, uneori chiar și fără să ne dăm seama de asta. Unul dintre clienții care au venit la mine cu preocupări pentru propria sănătate și pe care l-am îndemnat să o lase mai moale și să se relaxeze a avut parte de așa ceva într-o călătorie în India. Într-o videoconferință mi-a spus că mi-a urmat sfatul și a început un curs de yoga și meditație la un centru foarte cunoscut.

— Lucrez cu tipul ăsta din Canada care pare foarte bun. Dar, frate, sunt atât de epuizat după fiecare curs!

— Poate pentru că nu ai mai făcut niciodată yoga. Îți folosești mușchi pe care nici nu știai că-i ai!

— Poate, mi-a răspuns el. Toată lumea îmi zice că ar trebui să mă simt puternic și plin de energie, dar încă nu se întâmplă.

— Noroc, i-am urat. Ține-mă la curent cum merge!

După o săptămână mi-a trimis un e-mail: „Cursul ăsta mă omoară. Chiar îmi place instructorul, dar sunt în continuare rupt de oboseală".

I-am răspuns: „Trimite-mi poza lui". Eram curios să văd ce anume îmi va dezvălui chipul lui în privința modului în care se ocupa de clientul meu.

În fotografie, umerii săi largi nu se potriveau deloc cu brațele subțiri și musculoase. Părea de aproape 60 de ani, având părul alb și o frumusețe sculpturală. Chipul lui era o combinație de elemente între fața ovală (Jade) și cea regală (King), o combinație atrăgătoare numită „războinicul cu inimă bună". Probabil că acesta era unul dintre motivele pentru care clientul meu îl plăcea. Un altul, fără îndoială, era încordarea vizibilă din corpul lui, care oglindea natura neliniștită proprie clientului meu. Impresia de încordare mi-a fost confirmată și de ușoara protuberanță a ochilor instructorului. M-am întrebat dacă acea agitație l-a făcut să fie atras de yoga.

Instructorul avea ochii pe jumătate închiși ai unui visător și privirea seducătoare a insului cu față ovală (Jade). Avea gura largă, sugerând că este un comunicator eficient, influent chiar. Buzele erau de dimensiune medie, dar ușor dezechilibrate, un pic teșite pe partea dreaptă. Acest dezechilibru indica faptul că-i plăcea să se joace cu cuvintele, fie în beneficiul cui îl ascultă, fie pentru a amăgi.

Și urechile lui erau ieșite din comun, cu vârfurile la câțiva centimetri sub linia ochilor. În copilărie avem urechile în această poziție, dar, odată cu maturizarea, cei mai mulți oameni au vârfurile urechilor la nivelul ochilor. În citirea feței conform tradiției chineze, urechile așezate mai jos indică o natură calculată, mai ales cu tendința de a amâna deciziile, cântărind o situație din toate unghiurile.

Între sprâncene instructorul avea un singur rid vertical, numit acul suspendat. Poate să însemne dedicare, determinare și concentrare sau, reversul medaliei, încăpățânare, idei fixe și desconsiderarea celorlalți. Din fotografie nu puteam să-mi dau seama dacă era vorba de una sau de cealaltă și nici dacă tendința pe care o implica era o rămășiță din trecut — o trăsătură cultivată anterior în cariera sa — sau o influență actuală. Apreciind după epuizarea clientului

meu, am fost nevoit să presupun că instructorul avea încă o înclinație spre intransigență.

Până acum puteam trage concluzia că avea o personalitate agitată, nu se grăbea cu deciziile, era foarte calculat și extrem de persuasiv sau de influent. Însă, când i-am analizat separat părțile feței, am fost uluit. Acoperind partea stângă și uitându-mă la dreapta, partea sa materială și analitică, am văzut, fără doar și poate, o față ovală și frumoasă, cu un ochi plin de compasiune, marcată doar de câteva riduri. Însă când m-am uitat numai la partea sa stângă, cea emoțională, fața sa era ciudată, aproape înspăimântătoare.

Trăsătura cea mai surprinzătoare era ochiul stâng. În mod normal, irisul, adică partea colorată a ochiului, este în centrul părții albe, sclerotica. Dar în cazul ochiului stâng al instructorului irisul era atât de apropiat de colțul interior, încât se mai vedea doar foarte puțin din sclerotică. Asta făcea ca pleoapa sa stângă, pe jumătate închisă, să capete o formă care, în tradiția chineză, reprezintă un cuțit străvechi îndreptat spre partea materială a feței sale. Sugera puternic o natură crudă.

Uitându-mă la partea stângă a feței sale, mi-am amintit că citisem o poveste despre un bătrân care locuia într-un castel și care invita la masă tineri săteni. Aceștia se întreceau, care mai de care, pentru cinstea de a-i sta alături la masă și, în timp ce mâncau, el le povestea întâmplări din viața lui. Însă când o invitată a cercetat portretele de familie de pe pereți, chipurile pictate s-au contorsionat și s-au transformat în figuri diabolice. În acest fel, ea și-a dat seama de secretul bătrânului: că invita tineri ca să le fure tinerețea. Oaspeții săi mureau de timpuriu, iar el continua să trăiască atât timp cât sugea energia celor pe care-i atrăgea în castelul său.

Oare așa funcționa și acest instructor? Hrănindu-se din energia cursanților? Ce puteam vedea dintr-o fotografie era limitat, desigur, dar potențialul acesta mi se părea real.

Există oameni care, dată fiind influența lor, pot să ne manipuleze emoțional în feluri care să le întărească sentimentul de sine și să-l diminueze pe al nostru.

Clientul meu simțea visceral că instructorul era o astfel de persoană. Nu știa cum să interpreteze asta și nici eu n-am știut până când nu am văzut fotografia care venea în sprijinul a ceea ce simțise el. Unul dintre marile avantaje ale citirii feței este acela că ne ajută să ne dezvoltăm un sistem puternic și integrat de detecție — intuiția — și ne mai ajută să avem încredere în ceea ce simțim. Prin urmare, cu toată încrederea, i-am spus clientului meu:

— Mă îndoiesc că ești în continuare epuizat pentru că nu ești în formă. Poate că acest instructor ți se pare charismatic, dar corpul tău îți transmite un mesaj. Din ceea ce văd în fotografie, cred că ar trebui să fii atent la asta și să-ți alegi alt curs. Există și instructori care să te susțină, nu să te dărâme!

Gelozie

Într-o zi am primit un telefon disperat de la Londra. Una dintre clientele mele, o indiancă având o inimă mare și un soț polonez, era într-o situație bizară și dezagreabilă. I se făcuse milă de o tânără pe care o știa de la centrul de yoga la care mergea regulat.

Femeia plângea în vestiar.

— Prietenul meu m-a dat afară. Nu știu unde să mă duc și ce să fac, i-a spus aceasta.

Clienta mea a continuat:

— Mi-a părut atât de rău de ea. Are doar 20 de ani și e din Hong Kong, singură într-un oraș străin. Arăta atât de pierdută. Am invitat-o să stea la noi două–trei zile până își rezolvă situația. Dar s-au făcut deja două săptămâni. Iar când eu sunt la birou, ea e acasă cu bărbatul meu!

Clienta mea muncea până seara în domeniul financiar, iar soțul ei, profesor fiind, avea un program flexibil. Mi-a zis:

— Nu suport gândul că sunt singuri.

— Știi că l-am citit și că nu-l văd să te înșele.

I-am reamintit că în trecut a avut accese de gelozie din frică.

— Poate că sunt nebună, dar am un presentiment negativ în privința ei. Te rog să o citești și să-mi spui ce crezi.

A postat din nou o imagine pe Instagram. Primul meu gând a fost: „Uau!" Tânăra este o chinezoaică uluitor de frumoasă, cu o osatură fină, piele de porțelan și ochi blânzi. Părul ei negru, cu șuvițe castanii, era împodobit cu o camelie roz la ureche. Instantaneul cu chipul și umerii ei goi era făcut pe un balcon de unde se vedea o apă albastră, pe care se legăna o barcă legată la mal — un peisaj de vis, estompat și romantic.

Îmi dădeam seama de ce clienta mea, de două ori mai în vârstă, era geloasă.

— De ce nu-i spui să plece? am întrebat-o.

— Nu vreau să fac un caz din asta.

Le reamintesc întotdeauna cursanților mei că niciun chip nu este simetric. Putem începe considerând fața ca întreg, dar pentru citirea personalității trebuie să examinăm separat fiecare parte. Partea stângă, așa cum am menționat deja, este partea subconștientului și a emoțiilor, în timp ce dreapta reprezintă logica și lumea materială.

Am observat imediat dezechilibre pe fața ei. Partea dreaptă era ovală și delicată, dar avea bărbia ascuțită a unui chip de tip angular (Fire). Pe partea stângă avea câteva elemente de tip regal (King), cu precădere un ochi care părea mai adâncit în orbită decât celălalt. Împreună, aceste trei forme alcătuiesc chipul de tip Dragon, un chip cu o forță uriașă.

Studiindu-i individual trăsăturile, am fost frapat de gură. Buzele bine conturate sugerau abilități de

comunicare și socializare, dar erau inegale. Pe partea dreaptă coborau grațios către colțul gurii; dar pe partea stângă, partea emoțională, se opreau brusc. Segmentul subțire, fără buze, care făcea legătura cu colțul gurii simboliza sentimente ascunse. Pe stânga, părul îi cădea peste față, acoperind jumătate din sprânceană și colțul ochiului, întărind și mai mult senzația de lucru ascuns. Ochiul ei stâng mai adâncit în orbită era și îngustat — ochiul unui luptător — având o privire calculată.

Acoperind partea stângă a chipului femeii, pe partea dreaptă vedeai inocența, încrederea, deschiderea și fragila frumusețe a unei fețe ovale (Jade); dar acoperind partea dreaptă a feței și uitându-te doar la cea stângă, ai fi zis că este o impostoare vicleană, aproape feroce. Camelia de la urechea dreaptă părea plasată, poate subconștient, pentru a distrage atenția de la partea stângă perfidă și a pune în lumină natura ei delicată, sensibilă.

I-am spus clientei mele:

— Ai intuit tu ceva. Nu faptul că-ți seduce bărbatul — mă îndoiesc de asta —, dar în niciun caz nu este atât de slabă și de neajutorată pe cât pare. Cred că este o mică escroacă și va profita de tine câtă vreme îi permiți s-o facă. Eu aș sta de vorbă cu ea astăzi — nu mâine — și aș stabili o dată la care să plece.

Asta a făcut clienta mea, iar femeia respectivă a plecat la data stabilită.

— Mă simt mult mai bine. Îți mulțumesc că mi-ai confirmat bănuielile. Știi, de fapt mi-a sedus bărbatul, dar nu așa cum am crezut. Când i-am zis că ea o să plece, a fost șocat. „De ce? Unde o să se ducă biata fată? N-a stat chiar așa mult. N-ar trebui să-i mai lăsăm măcar o lună la dispoziție?"

Am râs:

— Cu cât ar fi stat mai mult, cu atât ar fi fost mai greu s-o dai afară.

— Exact. El devenise atât de protector. Însă i-am spus că mi-ai promis că ea se va descurca.

Sportivul cu inimă bună

Adesea, chipurile dezvăluie dinamica relației de cuplu, indicând dezechilibre ce pot fi rezolvate. Însă, așa cum vom vedea din această poveste, un dezechilibru poate fi factorul care unește un cuplu și face ca relația să meargă.

Lucram în Thailanda la un spa terapeutic — un loc mai puțin pentru răsfăț și mai mult pentru vindecare prin intermediul medicinei occidentale și al celei tradiționale chineze, coroborate cu masaj, homeopatie și alte tipuri de terapii alternative. Terapeuții asiatici se consultau de regulă cu mine în privința diagnosticului și mă încurajau să-mi ofer serviciile și altor terapeuți.

O nutriționistă americană pe care am abordat-o nu s-a arătat interesată. A fost politicoasă, dar fără să se uite în ochii mei când vorbea și ținând în jos colțul stâng al gurii — semne evidente de refuz. Dar a luat telefonul și mi-a arătat o poză cu prietenul ei, un tip blond, înalt și masiv, îmbrăcat cu un tricou sportiv și având pe umeri echipament de protecție, ca în fotbalul american, întrebându-mă:

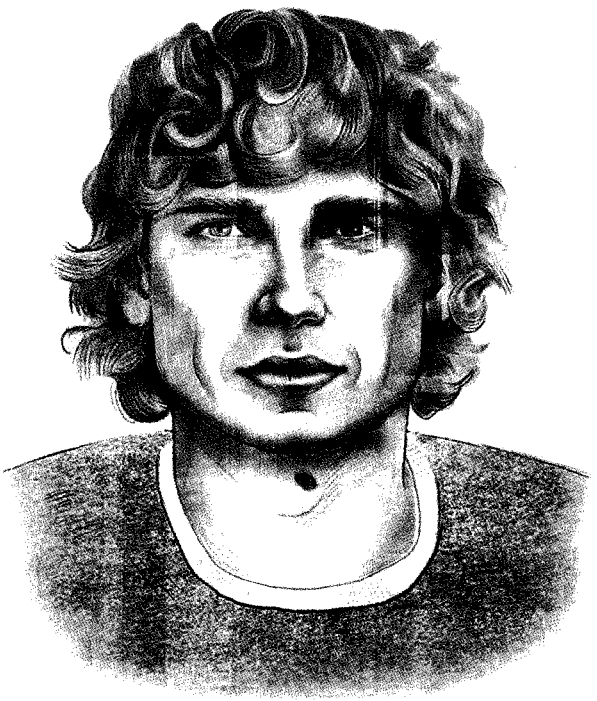
— Ce-mi poți spune despre el?

Am fost șocat pe loc cât de diferiți erau. Ea, o brunetă micuță și fibroasă, era cu cel puțin 30 de centimetri mai mică decât el. Dar, chiar și fără să stau de vorbă cu ea sau să-i studiez fața, n-aveam nicio îndoială că ea domina în relație.

Pe chipul prietenului ei se oglindea o blândețe aproape copilărească, într-un contrast puternic cu imaginea sa sportivă. Avea părul creț și zburlit; ochii mari și strălucitori, cu pupile dilatate și gene lungi. Avea o gură mare și binevoitoare, cu buze pline și mici riduri la colțuri, care sugerau că râde frecvent.

Deși nu-i puteam vedea bine obrajii, netezi și rozalii, am avut impresia că face gropițe. Obrajii sunt „pernele puterii" în viziunea chineză, deci gropițele, ca adâncituri în obraji, denotă moliciune. Nu limitează puterea, ci doar îi îndulcesc expresia. E greu să-ți imaginezi un CEO intransigent sau un lider militar cu gropițe. Era surprinzător să le văd la un jucător de fotbal american.

Uitându-mă la el, am presupus că rolul său în echipă era probabil acela de a ridica moralul sau de a ține oamenii uniți — un tip cunoscut mai degrabă pentru farmecul, istețimea și pasiunea lui pentru joc, decât pentru temutele sale abilități. Într-un film, era mai probabil să joace un rol principal romantic, ca Hugh Grant sau George Clooney,



și nu unul foarte masculin, ca Arnold Schwarzenegger. Părerea mi-a fost confirmată de un indiciu extrem de grăitor, o aluniță mare pe mărul lui Adam. Conform cititorilor chinezi de fețe, acea plasare „transformă un luptător într-un visător" (sau transformă o femeie, visătoare în mod tradițional, într-o luptătoare).

Când i-am spus prietenei lui impresiile mele, a fost uluită.

— Da, așa este, mi-a zis ea. La început, am crezut că îmi doresc și că am parte de un „mascul", dar acum apreciez că este atât de blând, sincer și de încredere. Nu-și poate ascunde emoțiile. Știe că-mi place să călătoresc și mi-a dat libertatea de a lucra o vreme în Asia. Îl iubesc exact pentru lucrurile despre care nici n-am știut vreodată că-mi sunt necesare.

Schimb de roluri

Așa cum nu-l putem vedea pe Arnold Schwarzenegger într-un rol romantic, nu le-am distribui nici pe Sharon Stone sau Heidi Klum într-un rol matern, de casnică făcând plăcinte. Aceste femei au chipuri regale (King), adică sunt niște lideri, asta neînsemnând că nu sunt feminine sau că nu sunt niște mame bune. Ca de fiecare dată, e o chestiune de găsire a unui echilibru.

De obicei, la femeile cu chip de tip regal (King) apar și unele combinații atenuatoare, însă una dintre clientele mele asiatice este un rar specimen pur. Are fața angulară clasică — pomeți, bărbie și frunte proeminente; maxilare puternice; ochi adânciți în orbite cu pupile mici; și acea linie orizontală unică pe unul dintre obraji, cunoscută drept „ridul puterii".

Ba chiar a dus și un stil de viață stereotip. Este durul CEO al unei companii, slabă și musculoasă pentru că face

sport, fiind și o gurmandă înnebunită după friptură. Este o perfecționistă în toate domeniile vieții sale, cu excepția unuia singur.

— Ne străduim atât de tare să facem un copil, dar nu reușim, mi-a spus ea.

— Povestește-mi despre soțul tău, i-am zis.

El era muzician și cânta la pian în barurile unor hoteluri. Deși avea succes, nu era deloc o persoană determinată. Din fotografia lui am văzut că avea o față rotundă (Moon) și molatică, cu piele netedă și fără urmă de păr facial; o gură largă, cu buze pline; ochi mari și strălucitori, cu pupile mari — imaginea perfectă a unui executant. Aveau o relație bună probabil pentru că ambii apreciau plăcerile — mâncarea bună, amorul, arta —, iar el prefera să fie pasiv. Era mulțumit s-o lase pe ea să se ocupe de partea frumoasă a vieții lor de cuplu.

Dar chiar și pe planul acesta ea făcea presiuni. Se apuca de muncă la șapte dimineața și venea acasă la șase seara, exact la timp ca să-și ducă soțul cu mașina la vreunul dintre angajamentele sale. Când el își termina programul, pe la 2–3 dimineața, ea era întotdeauna acolo să-l ia.

— De ce? am întrebat-o. Abia dacă apuci să dormi.

Bărbatul ei n-avea loc să respire, deși fără îndoială că-i făcea plăcere posesivitatea ei. Era clar că tolera comportamente care altora li s-ar fi părut sufocante. I-am zis:

— Nu-l văd părăsindu-te. În primul rând, ar trebui să preia inițiativa, iar asta pare puțin probabil. Câtă vreme tu ești la conducerea vieții lui, el trăiește ca-n paradis.

Însă toate aceste presiuni, control, stres obsesiv și așa mai departe aveau un preț pentru ea. I-am zis:

— Te comporți ca o războinică. Felul în care mănânci, faci sport și muncești, precum și felul în care ești preocupată de bărbatul tău te epuizează. Îți stimulează secreția de testosteron, când de fapt ai nevoie de estrogen. Un organism în plin război nu poate înceta lupta ca să facă un copil.

Ce i-am spus poate că nu suna corect politic, dar a avut ecou. Am continuat:

— Lasă-i soțului tău puțin spațiu. Poate să ia un taxi și să vină acasă. Lasă-l și pe el la conducere din când în când. Te porți cu el — și-l lași să se comporte — asemenea copilului pe care ți-l dorești. Dacă e să devină tată, trebuie să aibă șansa de a începe să se poarte ca un bărbat.

Am bănuit că nu va fi ușor să schimbe rolurile, date fiind obiceiurile lor normale. Așa că am încurajat-o să-și ia o vacanță de două-trei săptămâni alături de bărbatul ei, în care să nu aibă nimic de făcut, ci doar să se concentreze unul asupra celuilalt. Ideea a șocat-o.

— Două-trei săptămâni! Nu mi-am luat niciodată liber mai mult de două zile la rând!

Până la urmă, au plecat în vacanță în Thailanda. După vreun an, am fost încântat să primesc o scrisoare plină de bucurie și o fotografie în trei.

Povestea unei bărbi

Această poveste este de factură germană, dar are rezonanță pentru orice cuplu, căci arată modul în care personalitatea dominantă a unui partener poate, la bine și la rău, să-l afecteze pe celălalt. Mai dezvăluie și câte ceva despre limbajul bărbilor.

În unele zone din Germania rurală, mulți bărbați se mândresc cu barba lor, pe care și-o lasă să crească, îi dau forme îndrăznețe — cum ar fi două fâșii mai lungi în față, cu porțiuni pe care le aranjează la vârfuri ca să pară o mustață răsucită — și intră chiar și în concursuri de bărbi. Așa că nu am fost surprins că un bărbat de la țară care a venit la o ședință avea o barbă albă foarte stilizată. După cum nu am fost surprins nici de faptul că era sceptic în privința citirii feței, întrucât propria lui față era aproape în totalitate ascunsă. Am presupus că un bărbat cu o asemenea barbă simțea nevoia să se exprime — să fie văzut și auzit de ceilalți — fără să-și dorească de fapt să se lase cunoscut și probabil că rareori căuta să se implice profund la nivel emoțional.

Asta mi-a indicat că era tulburat din cauza cuiva. Întrucât purta verighetă, am presupus că era vorba de soția lui. I-am spus:

— Cred că soția ta este vlăguită, nefiind la fel de creativă și de expresivă ca tine. Ea este mai pasivă. Dar te susține în toate modurile posibile.

Era uluit.

— Ce știi despre nevasta mea? Cum ai știut că are probleme?

— Văd în barba ta, i-am spus. Atrage toate privirile. Când ieși în oraș cu soția, sunt convins că ea rămâne în fundal. Tu controlezi toate interacțiunile. Ea este vioara a doua în relația voastră, dar cred că e mândră de tine și te iubește foarte mult. Îți faci griji că a luat în greutate?

— Da, mi-a răspuns el consternat.

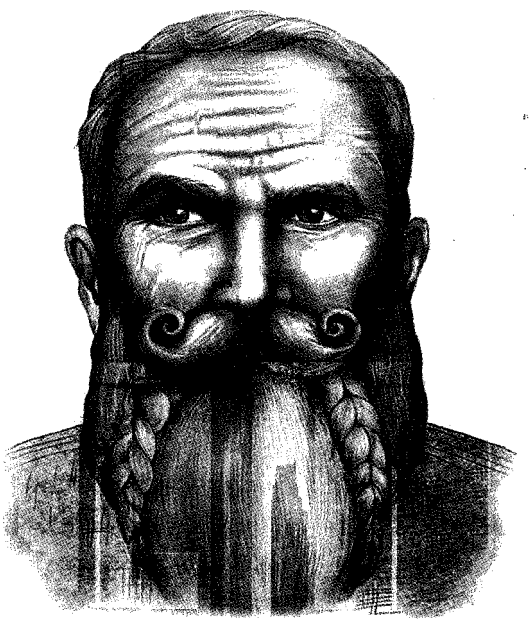
Mergeam un pic și pe ghicite. Dar o femeie care are alături un bărbat atât de dornic de atenție va face întotdeauna două lucruri: ori se va îngrășa, ori va fi slabă moartă și fără vlagă.

— Pare că ai pe la 60 de ani, i-am zis. Dacă și ea este de vârsta ta, probabil că are diabet. Bănuiesc că se hrănește cu carbohidrați și bea multă cafea, căci zahărul și cofeina sunt cele două mari surse de energie. Are nevoie de energie pentru că și-o investește pe toată în tine. Mai multă decât îi dai tu.

N-a putut să spună decât „Uau!" Apoi, spre cinstea lui, m-a întrebat:

— Ce pot să fac?

— În primul rând, să fii conștient că soția ta te susține cu energia ei. Încearcă să nu mai fii întotdeauna cel care



PĂRUL FACIAL

Părul facial nu împiedică neapărat citirea feței. Barba și mustața sunt expresii ale individualității care pun la dispoziție multe informații. Iată câteva întrebări de care țin seama în descifrarea sensului lor.

Ce anume acoperă?

- O barbă sau o mustață mare ce acoperă gura și buzele înseamnă păstrare de secrete și ascunderea emoțiilor. Adesea, bărbații mai în vârstă își lasă părul facial să le ascundă gura, ca și cum ar evita să discute despre trecut.
- Bărbații mai tineri tind să-și lase buzele la vedere, ca să arate masculini, dar comunicativi. Bărbile lor țin mai mult de estetică, decât de tăinuire.

Ce formă are?

- În mod tradițional, conducătorii și înțelepții, ca druizii și vechii maeștri chinezi, sunt înfățișați cu bărbi ascuțite care sugerează autoritate.
- Astăzi, când mai puțini bărbați își lasă barba să crească de tot, versiunile moderne ca acel mic smoc de păr lăsat să crească sub buze sau barba lăsată să crească doar pe bărbie, cu obrajii rași sunt, de asemenea, declarații de putere.
- Înfloriturile adăugate la forma bărbii sau perciunii exprimă sensibilitatea proprietarului și, uneori, un anumit grad de pasivitate.

Cât e de lungă?

- O barbă lungă, tăiată drept la vârf, cum poți vedea la bărbații Amish sau la liderii arabi, înseamnă legătura cu o cauză mai înaltă, precum o mișcare sau un sistem de credințe. Vârful tăiat drept reprezintă de fapt o extensie sau o lățire a bărbiei, care este centrul ideilor.
- O barbă lungă, tăiată rotund la vârf dă un aer de bunăvoință, dar, pentru că acoperă atât de mult, vine și cu un aer de mister. Barba lui Moș Crăciun, de exemplu, îi susține statutul mitic și-l înfățișează ca fiind bun.
- O barbă scurtă, tăiată aproape de piele și care acoperă obrajii indică masculinitate, transmițând impresia de om capabil și de încredere. Bărbații cu chip de copil sau cu trăsături mai feminine își cultivă adesea o astfel de barbă.
- Părul facial neras de câteva zile este semnul unui iconoclast, cineva care se opune rutinei și-și prețuiește libertatea, inclusiv libertatea de a nu se bărbieri.

Probabil cel mai excentric tip de păr facial este „musca", acel smoc de mustăcioară purtat de Charlie Chaplin și de Robert Mugabe, dar cel mai puternic asociat cu Adolf Hitler. Aceasta acoperă filtrumul, depresiunea verticală dintre nas și buza superioară, pe care cititorii de origine greacă ai feței îl asociau cu locul afecțiunii. Ascunderea sa poate să indice o lipsă a filtrumului, indicând faptul că o persoană

este incapabilă de afecțiune, sau un filtrum adâncit, semn al unei emoționalități intense. Oamenii care poartă o astfel de mustață tind să fie persoane asociale, care țin la intimitate, deși s-ar putea să tânjească după atenție când sunt prezente pe podium sau pe ecran. Iată ce nota Chaplin în prefața autobiografiei sale: „Există o linie de demarcație între tine și public [...] Sunt lucruri care, divulgate publicului, [...] ar face ca personalitatea mea să dispară ca apele unui râu ce se varsă în mare".

„umple camera". Fă un pas în spate și lasă-i și ei puțin spațiu să respire. Concentrează-te pe ce îi place, pe ce o face să se simtă creativă și împlinită. O poți susține în căutările ei. Încurajeaz-o să-și petreacă timp cu prietenele. Eforturile tale nu doar că o vor ajuta, dar vă vor și întări relația, care va deveni mai bidirecțională.

Poate că să-și susțină nevasta avea să-l facă și pe el mai echilibrat pe plan personal, contracarându-i egocentrismul. Dacă putea învăța să se retragă din lumina reflectoarelor și să riște o conectare emoțională autentică, atunci poate că toate interacțiunile sale ar fi avut de câștigat.

Nefericita

Cele mai multe citiri la dublu pe care le fac sunt pentru cupluri, așa că a fost interesant să primesc două prietene apropiate care au venit împreună. Fizic, arătau asemănător — aceeași înălțime, aceeași conformație, același gust excentric la haine —, deși una era blondă, iar cealaltă, brunetă. Exista chiar și o puternică asemănare facială. Cea blondă mi-a spus:

— Oamenii ne iau mereu drept surori.

Cele două se cunoscuseră în facultate. Blonda pusese bazele unei firme de marketing, specializate în servicii holistice și spirituale, iar bruneta, directoarea sa de marketing, ținea la rândul ei un curs de artă culinară vegană. Auziseră despre citirea feței și erau curioase. În parte, am bănuit că mă voiau de client, dar nu mi-au propus nimic.

Mi-au pus în schimb o întrebare fascinantă. Lucraseră cot la cot și erau prietene de ani întregi, având aceleași experiențe, dar, așa cum mi-a povestit bruneta, aveau temperamente radical diferite.

— Ea e mereu fericită. Orice s-ar întâmpla, ea vede partea bună, iar eu văd doar partea proastă. Bucuria nu este un cuvânt din vocabularul meu. Când avem o reușită, ea este încântată, în timp ce pe mine mă obsedează neajunsurile — dacă a trebuit să muncim din greu, de la ce anume ne-a oprit obținerea rezultatului dorit și așa mai departe. Presupun că sunt pesimistă din naștere.

Blonda mi-a zis:

— E ciudat că semănăm atât de mult. Așa că ne întrebăm ce anume de pe fețele noastre ne face diametral opuse.

Bruneta oare chiar se născuse pesimistă — predispusă întru câtva de propria personalitate — sau exista vreun aspect al vieții ei care o făcea mohorâtă? Primul meu impuls a fost să o întreb pe cea blondă: „Tu ești șefa, iar ea trebuie să facă tot ce-i spui tu. Nu cumva asta o face nefericită?", dar mi-am mușcat limba.

Uitându-mă cu atenție la chipurile lor, am putut să văd aspectele comune. Ambele aveau maxilare musculoase, cu oase puternice, pe care cititorii de fețe le descriu în stare „să muște din orice", însemnând că ambele erau dinamice și hotărâte.

— Maxilarele voastre îmi arată că sunteți productive și că nimic nu vă stă în cale, le-am spus, iar asta le-a făcut să râdă.

Însă era adevărat.

Forma feţelor era suficient de asemănătoare încât să indice că aveau aceleaşi interese şi valori fundamentale, însă exista o deosebire clară în modul lor de abordare a celorlalţi. În primul rând, felul în care erau pieptănate era foarte grăitor. Părul poate părea un atribut temporar şi schimbător, dar modul în care ţi-e confortabil să-l porţi este o expresie puternică a personalităţii.

Blonda avea părul pe-o parte şi-i ajungea până la 2–3 centimetri deasupra umărului, lăsându-i vizibilă întreaga faţă. Când te uitai la ea, privirea îţi era imediat atrasă de ochii şi fruntea ei. Am amintit deja expresia chineză „În frunte ţi-e scris", însemnând că fruntea este o hartă a gândurilor, indiferent dacă sunt prezente sau nu riduri perceptibile. Ochii, desigur, sunt portaluri de conectare, canale directe către creierul celuilalt. Având fruntea şi ochii întru totul la vedere, asta îi dădea blondei un aer de accesibilitate şi deschidere. Chiar şi spaţiul dintre păr şi umeri sugera faptul că nu este o persoană închisă sau retrasă în sine.

Bruneta avea o frunte înaltă, acoperită de un breton lung şi asimetric, care îi ascundea de fapt gândurile. Pe partea stângă, bretonul îi cădea peste pleoapă, acoperindu-i mare parte din ochi. Deoarece partea stângă reflectă emoţiile, asta însemna că existau trăiri, probabil din trecut, pe care nu le dezvăluia, nici faţă de alţii şi poate chiar nici faţă de sine. Restul părului era lung şi protector, căzându-i pe spate.

Primul centru de interes când te uitai la brunetă era gura. Spre deosebire de gura blondei, relaxată şi cu colţurile ridicate, gata oricând să zâmbească, gura brunetei era o linie dreaptă şi încordată, ca şi cum şi-ar fi ţinut buzele strânse. Însă cea mai importantă trăsătură a gurii sale erau colţurile. La fiecare dintre colţuri era un pliu, ca o gropiţă. Cititorii de chipuri interpretează aceste semne ca

fiind cuie sau șuruburi, bătute să țină gura închisă. Le-am spus:

— Văd o diferență majoră între voi. Una își exprimă cu ușurință gândurile și sentimentele, iar cealaltă nu o face sau nu poate s-o facă.

M-am întors către brunetă:

— Gura ta îmi arată că sunt experiențe sau emoții despre care nu vorbești. Nu vrei decât să ți le scoți din minte.

— Uau! Ce fel de lucruri? m-a întrebat ea.

— Nu am de unde să știu, pentru că nu cunosc prea multe despre viața ta. Însă mă întreb dacă ai suficientă libertate.

Avea niște nări mari, ușor lărgite. Asta e semn că ai nevoie de spațiu să respiri, că detești constrângerile și tânjești după libertate. M-am întrebat dacă nu cumva era corect gândul meu inițial despre relația de șef-subaltern dintre ele. Atunci am avut impresia că mă pripeam cu concluzia — că, în mod normal, angajatul e mai puțin fericit decât șeful — în loc să intuiesc practic ceea ce simțea ea. Acesta este exact genul de judecată pe care trebuie să îl suspendăm în citirea feței, concentrându-ne pe dovezi în loc să facem presupuneri.

— O, da, a spus ea. Îmi place ceea ce fac și îmi place să lucrez pentru prietena mea. Ne înțelegem și ne putem stimula reciproc creativitatea. Plus că am și eu propria mea activitate secundară de predare. Aș spune că am nivelul ideal de libertate.

În nara dreaptă avea un mic inel pentru nas. Asta a fost clarificator. Un piercing înseamnă că persoana respectivă are nevoie de mai multă stabilitate într-un anumit domeniu. Un piercing în nară, mai ales dacă nara este mare, atrage atenția asupra nevoii de libertate. Partea stângă a feței reprezintă tărâmul visurilor și emoțiilor, iar cea dreaptă reprezintă lumea materială. De unde și presupunerea mea că bruneta își dorea mai multă autonomie la locul de muncă sau poate chiar să-și înceapă propria afacere.

Însă pentru că nu era cazul, m-am gândit la cealaltă interpretare a părților feței. Partea stângă are legătură cu mama, iar dreapta, cu tatăl. Așa că i-am spus:

— Atunci cred că nefericirea ta provine de la o tristețe nerezolvată din trecut. Cred că are legătură cu nevoia de libertate și de stabilitate în ceva privitor la tatăl tău.

Nu m-a contrazis. Ba chiar nici nu mi-a răspuns. De foarte multe ori mintea noastră zboară la cel mai rău scenariu posibil, cum ar fi abuzul, dar problema poate fi de orice natură, cum ar fi că nu s-a ridicat la înălțimea așteptărilor lui. Însă ea trebuia să reflecteze la asta. Tăcerea ei mi-a indicat că intuiția mea și-a atins ținta și nu puteam decât să sper că, pe baza acestui impuls în direcția potrivită, își putea găsi drumul către fericire.

Moștenirea

Un afacerist din Luxemburg mi-a cerut să mă întâlnesc cu o femeie la vreo 50 de ani, care era mâna sa dreaptă și care părea deprimată. Arăta într-adevăr deprimată, îmbrăcată într-un costum gri fără nicio formă, care-i venea ca un sac. De zeci de ani fusese alter-ego-ul patronului, ajutându-l să conceapă noi proiecte, periind clienții și furnizorii mari, rezolvând conflictele manageriale, motivând angajații — de fapt fiind un liant pentru întreaga companie.

Își făcea treaba suficient de bine, dar, după spusele afaceristului, își pierduse energia și verva. Când i-am repetat cuvintele lui, i s-au umplut ochii de lacrimi.

— Exact așa mă simt.

— Ați încercat să faceți terapie? Ar fi ceva constant. Citirea feței este ceva punctual sau repetat din când în când, și nu o modalitate de vindecare.

— Înțeleg, mi-a zis ea. Dar poate că citirea feței mă va ajuta să-mi dau seama unde e problema.

Pe chipul său erau semnele unei îndelungate tristeți. Deși avea buze generoase, colțurile gurii erau îndreptate în jos; iar ochii, chiar și după ce și-a șters lacrimile, păreau încețoșați. Sub bărbie, pe rotunjimea gâtului era o zonă umflată, probabil o slăbire a țesutului conjunctiv care, cel mai probabil, reprezenta o problemă tiroidiană. În tradiția chineză, tiroida este legată de emoții, prin urmare, o disfuncție tiroidiană duce la probleme emoționale și invers. În limba germană, „să ți se umfle gâtul" înseamnă că ești furios. În engleză, expresiile „M-am săturat până-n gât" și „Mi-a stat în gât" au nuanțe diferite de semnificație, dar fac o legătură similară între gât și trăiri. Am întrebat-o:

— Aveți o problemă tiroidiană?

Mi-a confirmat, așa că am căutat sursa emoțiilor sale tulburătoare. Avea o figură clasică de tip trapezoidal (Bucket), cu o bărbie pătrățoasă și părțile laterale ale feței înclinate către fruntea largă. Oamenii cu fețe trapezoidale (în formă de ghiveci de flori) sunt foarte imaginativi și au multe talente, având abilitatea de a-i convinge și entuziasma pe ceilalți. E nevoie să fie stimulați ca să dea frâu liber creativității lor și m-am întrebat dacă jobul îi oferea asta. Incapacitatea de a-și folosi talentele îi face adesea pe oameni să fie deprimați.

Dar, când am întrebat-o despre munca ei, s-a luminat la față.

— Îmi place foarte mult. În fiecare zi am parte de noi și noi provocări. Mă uit peste schițele noului nostru birou, apoi țin interviuri ca să găsesc un posibil șef de personal; după aceea iau masa cu un client să discutăm despre o problemă, iar după-amiază mă întâlnesc cu angajații ca să o rezolvăm; iar la finalul zilei beau ceva împreună

cu colegii sau cu furnizorii. Este un job creativ, social și plăcut.

— Pare că implică multe abilități. Probabil că e satisfăcător.

— Am ajutat firma să evolueze de la o afacere mică la un adevărat competitor.

Pentru cei cu chip trapezoidal este extrem de important să vadă cum o viziune devine ceva durabil. Folosirea talentelor lor creative nu este un scop în sine. Mai au nevoie și să simtă că și-au adus o contribuție care contează, că vor lăsa ceva moștenire. Era clar că avea acest sentiment în privința muncii ei.

Prin urmare, viața personală era sursa depresiei. Am întrebat-o:

— Aveți familie?

— Sunt văduvă de ani buni. Am o fiică și un ginere pe care îi ador.

Dar a început să plângă.

— Fiica dumneavoastră se simte bine?

— Nu, mi-a răspuns ea, ștergându-se la ochi. Fetița ei de numai patru ani a murit de cancer. Au trecut doi ani de-atunci, dar ea și soțul ei suferă încă foarte mult. S-a întâmplat foarte repede — s-a îmbolnăvit și a murit. Iar ei sunt pur și simplu neconsolați.

— Dar dumneavoastră?

— Oh, mi-am iubit nepoata foarte mult. Îmi este foarte dor de ea. Ca să umplu golul, nu pot decât să muncesc.

Suferința ei era normală, desigur, dar am văzut imediat o dimensiune a pierderii care probabil că-i provoca depresia. În cazul celor mai mulți oameni, copiii sunt modul de a-și lăsa amprenta în lume, moștenirea lor cea mai tangibilă. Însă pentru un vizionar, un nepot este cu atât mai mult o punte către viitor. Odată cu pierderea copilului a murit nu doar cineva foarte drag, ci și o parte a viziunii sale.

— Poate că fiica dumneavoastră va hotărî să mai facă un alt copil, i-am spus cu blândețe. Dumneavoastră însă ce veți face?

— Ce pot să fac? Nu știu! Cum o să-mi mai revin?

O persoană cu chip trapezoidal are probleme în a-și regăsi drumul în întuneric. Mai mult decât cei având alte forme ale feței, aceasta are nevoie de ceva care să aprindă focul gândirii sale creative, fie că e vorba de o persoană (ca patronul, care-i aprecia calitățile), de un mediu (ca firma, unde o miriadă de probleme umane și sistemice necesitau rezolvare) sau de o sursă de inspirație (ceva pentru care să lupți la nivel emoțional, cum ar fi o cauză). Fără un astfel de impuls, o persoană cu chip trapezoidal nu-și regăsește drumul cu ușurință.

Ca să-și vindece sufletul avea nevoie de ceva dincolo de munca ei — un mod creativ și satisfăcător emoțional de a crea ceva durabil. Dacă o astfel de contribuție avea legătură cu copiii, cu atât mai bine. Mi-a venit o idee. În orașul ei era o tabără pentru refugiații din Orientul Mijlociu, care fugeau din calea conflictului armat, în special de războiul civil din Siria. Clienta menționase că în timpul liber îi plăcea să tricoteze și să croșeteze.

— De ce nu vă folosiți de faptul că știți să tricotați ca să faceți ceva pentru copiii refugiaților? Nu neapărat un pulover, care ar dura mult, ci ceva mai micuț?

— Le-aș putea face păpuși. Nepoțelei mele îi făceam mereu păpuși tricotate.

După câteva luni mi-a trimis o fotografie dintr-o tabără de refugiați, cu ea și o cutie de păpuși tricotate. Câțiva copii se jucau deja cu unele dintre ele — un unicorn, un șoarece și un cățel. Erau atât de frumoase, de colorate și de ingenioase, că îți puteai imagina câtă plăcere îi făcuse să le creeze. Poate că va mai avea și alt nepot, însă, între timp, sunt convins că și-a lăsat o amprentă durabilă asupra acelor copii de refugiați.

Al doilea chip

În Europa, am colaborat cu o clinică de medicină integrativă. Într-o zi am întâlnit în sala de așteptare un bărbat de vreo 60 de ani care a intrat în vorbă cu mine. Era director administrativ la o școală privată. Era un job cu foarte multe responsabilități, presupunând întreținerea clădirii, a sistemelor acesteia, ca țevile și instalația electrică, precum și curtea școlii. Locuia chiar în campus, într-un apartament.

Când l-am întrebat de ce venise la clinică, mi-a zis:

— Din cauza ochilor. Am niște mâncărimi groaznice.

Arătau foarte inflamați, într-adevăr, și înroșiți. Putea fi un simptom de alergie, dar sclerotica și chiar și pielea lui aveau o nuanță gălbuie. Umflarea ochilor și culoarea îngălbenită, considerate laolaltă, erau semnul clar al unui consum masiv de alcool.

Citirea feței nu înseamnă emitere de judecăți de valoare, ci găsirea sursei problemei. Ce anume îl făcea să bea?

Linia părului forma la mijloc un vârf, semn de autodeterminare, ca și cum ar spune: „Pot face lucrurile singur; n-am nevoie de nimeni altcineva", dar și semnul unei persoane de încredere: „Poți oricând să te bazezi pe mine". Sub buza de jos avea un mic smoc triunghiular de păr, care la bărbații tineri poate să însemne creativitate. Dar la un bărbat de vârsta lui mi s-a părut că arată dorința de a fi la conducere, într-o poziție de autoritate, dar fără să vrea să și-o revendice. Avea nările mari, arătând preferința pentru libertate și independență.

Linia părului, smocul de păr și nările transmiteau mesaje opuse: dorința de a fi lider și șef, dar și de a fi independent de ceilalți. Avea pe mână administrarea școlii, dar trebuia să țin seama și de dorința lui de libertate.

M-am uitat și la mâinile lui. Cititorii de fețe consideră că mâinile unei persoane sunt „al doilea chip" în ceea ce privește informațiile pe care le transmit. Secțiunea despre

mâini din Partea a III-a, „Ghid de citire a feței", descrie patru tipuri clasice de mâini și semnificațiile lor tradiționale. Acest bărbat avea mâini de tip Pământ, cu palme pătrate și mari și degete scurte și groase. Îmi confirmau că este o persoană de încredere, așa cum am dedus din linia părului său. Oamenii cu mâini de tip Pământ sunt de obicei pricepuți la treburi manuale, foarte muncitori, organizați și extrem de pragmatici. Nu aveam nicio îndoială că-și făcea treaba foarte bine.

Analizăm mâinile numai dacă vin în sprijinul sau pun la îndoială celelalte observații. Fața este sursa principală. Avea pistrui, acesta fiind încă un semn al dorinței de libertate. La tinerețe, mulți dintre noi avem pistrui care se estompează cu vârsta. Chiar dacă mulți oameni îi au și la maturitate, pot fi greu de depistat pe pielea unui bărbat în toată firea. Cunoscuți ca „stele din univers" în tradiția chineză, pistruii înseamnă plăcerea de a călători, mai ales în locuri îndepărtate, dorința de a cutreiera lumea — impuls probabil înăbușit în cazul acestui bărbat blocat în perimetrul școlii.

Forma feței sale era neobișnuită, o combinație cunoscută drept față de Căprioară. Una dintre principalele sale mărci de identificare este tiparul de riduri de pe frunte: două linii verticale, una pe stânga și una pe dreapta, ca stâlpii unui gard. Liniile verticale nu se intersectează cu ridurile orizontale de pe frunte, ci le încadrează. Elementele majore ale unei personalități cu chip de Căprioară sunt nevoia de imersiune în natură și dragostea pentru liniște.

Așa că i-am spus:

— Medicul îți va da un tratament pentru mâncărimile de ochi. Dar cred că știi ce-ți va spune despre ele și despre icterul pe care-l ai — că alcoolul o să te bage în pământ. Ai doar 60 de ani și mai ai puțin până la pensie. De ce să te autodistrugi când ești atât de aproape de a trăi așa cum îți dorești?

A fost uluit, dar nu a negat că bea. Așa că am continuat:

— Bănuiesc că unul dintre motivele pentru care bei e ca să scapi de plictiseala și limitarea jobului.

— Așa este. În ultimii câțiva ani am simțit că înnebunesc în campus. Este o condiție a jobului, așa că sunt blocat. Îmi place ceea ce fac, dar nu pot niciodată să scap de-acolo.

I-am explicat că avea față de Căprioară.

— Asta înseamnă că locul tău e în mijlocul naturii. Ai nevoie la propriu să mergi prin pădure sau pe munte când ai câte o zi liberă. Poți să faci pur și simplu o drumeție sau poți să creezi ceva, cum ar fi o groapă pentru foc sau un zid care să mărginească o poiană, să-ți folosești mâinile pentru asta și să ai acolo un loc al tău.

— Mă simt mai calm numai când mă gândesc la asta, mi-a zis. Are sens ce-mi spui. Când eram la școală, studiul plantelor și animalelor mi-a plăcut cel mai mult. Casa mea e plină de reviste despre natură.

— Mai poți și să începi să-ți faci planuri despre ce vei face după ce ieși la pensie, ca să ai ceva către care să tinzi.

— Nu prea m-am gândit la asta. Mi-am zis că probabil voi călători.

— Sigur că vei călători, i-am spus, explicându-i semnificația pistruilor săi. Mai ales în natură ar fi excelent pentru tine — să mergi în America la Yosemite sau la Yellowstone, de pildă. Însă ce ar fi de-a dreptul ideal, căci ar reuni tendințele pe care le văd pe chipul tău, ar fi să ai un rol de conducere în natură. Ai putea fi ghid în cadrul unor drumeții în natură sau al unor excursii ecologice. Poți face asta part-time, ca să fii independent și să călătorești oricând dorești, însă să te folosești și de abilitățile tale de manager.

— Ghid de excursii ecologice — îmi place, mi-a zis. Ar trebui să citesc despre locurile unde pot fi organizate astfel de excursii și să încep să-mi fac relații. Poate că există vreun curs pe care să-l urmez sau așa ceva.

— Merită să te documentezi, ca în anii următori să-ți iei doza necesară de natură care să te întărească și, în loc să rămâi blocat și nefericit — și, cel mai rău, bețiv —, să începi să faci pași către viitor.

Capitolul 6
Scopul în viață

Când întâlnești pe cineva prima dată, întrebarea cu care spargi gheața pare să fie mereu: „Cu ce te ocupi?", și nu „De ce anume îți pasă?" sau „Cine ești?"

În același fel, oamenii se întreabă adesea: „De ce sunt nefericit?" sau „Ce-mi lipsește?", dar ratează întrebarea esențială: „De ce am venit pe lume?"

Am venit cu toții pe acest pământ ca să îndeplinim un anumit Scop, ce ar putea fi definit drept „ceea ce propria personalitate te califică să faci" sau „a profita la maximum de ceea ce ești".

Ce anume te pregătește propria personalitate să faci depinde de mulți factori, înnăscuți și dobândiți deopotrivă. Temperamentul, de exemplu, poate fi înnăscut. Forma feței și trăsăturile tale pot oferi indicii dacă ești mai potrivit pentru un mediu structurat și predictibil, cu așteptări ușor de împlinit; dacă preferi provocările, dar ai nevoie de obiective concrete; dacă ai propriile tale inițiative și îți place să improvizezi; dacă te simți cel mai bine lucrând din culise și ajutându-i pe ceilalți să aibă succes; sau dacă ești un spirit liber care nu poate fi restricționat în niciun fel.

Reține că niciuna dintre aceste trăsături observabile nu descrie ceea ce faci concret, ci numai esența a ceea ce ești. Este valabil și în cazul talentelor depistabile, cum ar fi creativitatea, abilitățile de lider, pasiunea, dinamismul,

rezilienţa, raţionalitatea, autoritatea, diplomaţia sau capacitatea de comunicare şi socializare. Acestea sunt tendinţe înnăscute, care pot să te îndrepte către anumite profesii sau către diverse moduri de realizare, dar cel mai probabil vor da culoare tabloului personalităţii tale. (Unui număr foarte mic dintre cei care vin la mine le este scris pe faţă locul lor în lume. De regulă, sunt necesare şi alte indicii privind anumite talente sau direcţii, aşa cum vom vedea în capitolul 8, „Drumul în viaţă".)

Identificarea unor asemenea elemente abstracte legate de natura cuiva face foarte dificilă citirea feţei pentru stabilirea scopului în viaţă, căci presupune determinarea forţelor principale din personalitatea cuiva, ţinând seama de modul cel mai înalt de exprimare a personalităţii acelui individ şi evaluând care sunt talentele pe care le posedă şi care-l pot ajuta să-şi atingă acel scop — talente active, dar şi cele neutilizate sau chiar neştiute —, precum şi fricile şi alte piedici care-i pot frâna progresele. Suma acestor factori reprezintă Scopul în viaţă al clientului respectiv.

După ce stabilesc care este Scopul în viaţă al unei persoane, îi pun la dispoziţie două tipuri de mijloace. Primele sunt un grup de „verdicte". Verdictele sunt principii orientative, ca o listă de priorităţi, ce pot ajuta o persoană să-şi organizeze eforturile astfel încât să se apropie cât mai mult de Scopul său în viaţă. De regulă, mă rezum la vreo 10 maxime per individ, în funcţie de trăsăturile pe care le percep. De exemplu, în cazul cuiva care vorbeşte într-un fel încordat, reţinut, un verdict ar putea fi: „Învaţă să-i oferi plăcere gurii tale". În cazul unui singuratic, aş putea spune: „O identitate puternică se clădeşte în doi, nu de unul singur". În cazul unei persoane egocentriste, verdictul „Crede în natură şi în oameni" poate s-o ajute să-şi deplaseze centrul de interes. Unui perfecţionist i-aş putea spune — în stilul metaforic al unui maestru chinez: „Nu uita că şi Luna are o parte întunecată".

Iată câteva exemple de verdicte cu aplicabilitate destul de largă:

- Scapă de cei care te subestimează.
- Învață să conduci cu blândețe.
- Învață să lași trecutul în urmă.
- Nu te epuiza și nu-i epuiza nici pe ceilalți.
- Caută să obții stabilitate emoțională și siguranță.
- Nu înainta în ceață — caută să-ți fie clar următorul pas.
- Acționează cu mintea și cu inima la unison, nu separat.
- Nu te teme și nu te lăsa influențat de părerile altora.
- Învață să te aștepți la mai puțin (sau la mai mult) de la tine.
- Fii pur și simplu; nu reacționa la fiecare provocare.
- Dă-te jos din caruselul erorilor.
- Nu sta să visezi cu ochii deschiși — visează productiv.
- Necunoscutul trebuie întotdeauna respectat.
- Lasă-le spațiu celorlalți, ca să ai și tu loc să respiri.

Al doilea mijloc este un arhetip, o imagine care reprezintă Scopul în viață. Carl G. Jung, filosof și psihiatru, considera că arhetipuri precum Înțeleptul, Bătrâna înțeleaptă, Zeița-Mamă și Magicianul sunt concepte ce schematizează calitățile umane comune oricărei culturi. Maeștrii chinezi m-au învățat să mă folosesc de arhetipuri, ei având propria lor iconografie, în funcție de propriile tradiții, așa că a mea se bazează pe o varietate de surse.

Există mai multe arhetipuri care-i pot fi atribuite unei persoane, iar arta de a le alege poate reprezenta subiectul unei cărți în sine. Când îi ofer un arhetip unui client, interpretez întotdeauna ce înseamnă acel arhetip, ceea ce de obicei rezonează cu clientul meu. Dacă doi cititori

de chipuri se folosesc de arhetipuri ca să descrie una și aceeași persoană, denumirile pot fi diferite, dar e foarte probabil ca interpretările să fie în mare parte aceleași. Ideea e să găsești o imagine care surprinde cât mai precis ceea ce dezvăluie trăsăturile individului respectiv.

Iată câteva exemple de arhetipuri:

- **Îngerul păzitor al vieții**: aplicabil unui medic, unui naturalist — oricui vindecă sau conservă viața.
- **Creatorul de punți**: aplicabil unui diplomat, mediator sau mentor care-și împărtășește cunoștințele generației următoare.
- **Mama tuturor**: aplicabil la propriu unei figuri materne, dar și unui bărbat care este protector și generos.
- **Magicianul nopții**: cineva care face lumină în întuneric, care luminează calea oamenilor.
- **Oracolul**: cineva care vorbește deschis și cu autoritate despre viitor.
- **Regele-preot**: aplicabil oricărui lider vizionar, de la politicieni la inventatori/manageri ca Steve Jobs.

Eu aleg, de regulă, dintr-o colecție de 40–50 de arhetipuri diferite, deși în unele cazuri trebuie să merg dincolo de ele. Distincții subtile pot să facă diferența în percepția de sine a clientului. Să iau cazul meu, de exemplu. Am un chip puternic de tip angular (Fire) și o gură foarte flexibilă. Persoanele cu chip angular sunt pasionale și impulsive și, de regulă, tot timpul în mișcare — detestă să stea într-un singur loc. O gură foarte flexibilă sugerează un mare talent pentru comunicare. M-am folosit de aceste calități în cariera mea — comunicarea în munca din radio și relații publice și am călătorit mult ca manager. Dar m-am prăbușit, fizic și mental. Mă foloseam de talentele mele, dar nu făceam față presiunii.

Am fost surprins când maestrul meu chinez mi-a atribuit arhetipul Mesagerului. I-am zis:

— Acest rol nu mi se potrivește deloc. Cum poate să fie acesta Scopul meu în viață?

— Ți-ai interpretat greșit Scopul în viață, mi-a spus el. Ai trăit ca un Herald. În timpuri străvechi, un Herald locuia la castel. Primea poruncile de la rege, sărea pe cal și o pornea prin sate, unde-și desfășura pergamentul și striga: „Lume, lume! Regele poruncește..." Ți-a făcut plăcere să fii în grațiile regelui și să apari ca singurul Herald de încredere, ți-a plăcut calul pe care l-ai avut [chiar mi-a plăcut mașina de la firmă] și ți-au plăcut galbenii cu care ai fost răsplătit din plin. Dar ai început să te îndoiești din ce în ce mai mult de poruncile pe care le transmiteai. Îți puneai tot sufletul în produse și în afaceri în care nu credeai. Un Herald poate face asta cu ușurință. Tu însă, nu, pentru că nu ai fost făcut să transmiți poruncile regelui. Când vei putea călători prin lume rostindu-ți propriile adevăruri, îți vei împlini Scopul de Mesager.

Asta fac astăzi. Ca Mesager, simt că-mi îndeplinesc întru totul Scopul în viață. Dar sublinierea pe care a făcut-o maestrul meu chinez este o dilemă comună. Când trăiești împotriva Scopului tău în viață — să zicem că ai o față pătrățoasă (Tree), fiind statornic, dar ești comis-voiajor —, nu te simți în largul tău și încerci să schimbi situația în care te afli. Dar, când trăiești într-un fel care se apropie de Scopul tău în viață — să zicem, ca Herald în loc de Mesager —, poate fi mult mai greu să-ți dai seama că nu ești pe drumul cel bun.

Un cuvânt de încheiere: înainte să te angajezi să-ți descoperi Scopul în viață și să încerci să trăiești conform acestuia, se recomandă să ajungi la un relativ echilibru. Dacă ești în toiul unui divorț urât, n-ai casă și te lupți să supraviețuiești, ai o boală gravă sau alte preocupări urgente și acute, scopul tău imediat este chiar în fața ochilor tăi:

să te stabilizezi. Să încerci înainte de stabilizare să atingi un scop mai înalt, ca Scopul în viață, e ca și cum ai încerca să conduci o mașină de curse cu două cauciucuri sparte.

Visătorul pasiv

Din curiozitate (și ca să mă distrez), mă plimb adesea cu prietenul meu, un fotograf atașat de un vechi aparat foto din lemn, în căutare de chipuri interesante. Am zărit un astfel de chip la standul de brânzeturi din Borough Market, Londra. Ce m-a frapat a fost discrepanța dintre vânzarea brânzeturilor și ce anume sugera chipul său: că era o personalitate creativă. Evident că nu arăta fericit.

Chiar înainte să-i văd fața, atenția mi-a fost atrasă de cămașa sa. Era închisă până sus, sub bărbie. Părea să strige: „Mă simt inconfortabil. Sunt constrâns. Eliberează-mă!"

Avea un chip oval (Jade) și sensibil — oarecum neobișnuit pentru un bărbat —, cu buze pline și nas delicat. Avea ochi ca ai lui Garfield, pisica din desene animate, cu pupile mari și pleoapele strânse, pe jumătate închise, care sunt semnul unui visător plin de imaginație. Plus că erau orientate în jos la colțurile ochilor, dându-i un aer intens de amărăciune și victimizare. Uitându-mă la el, mi-a răsărit în minte arhetipul Servitorului.

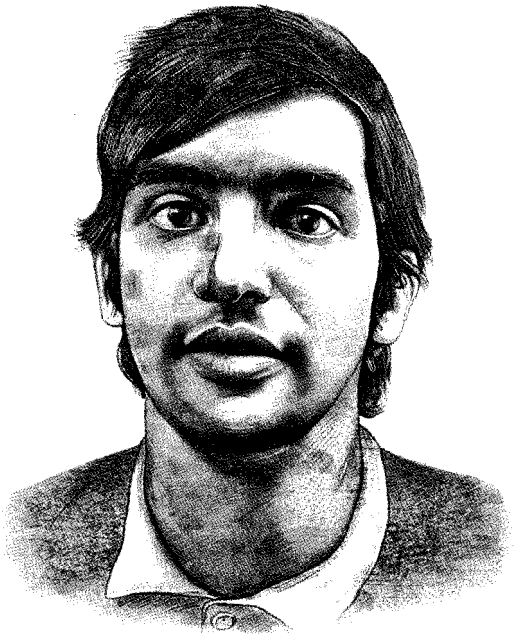
M-am întrebat dacă era obligat să vândă brânză pentru că era o afacere de familie sau pentru că avea nevoie de bani și-i lipsea altă perspectivă și direcție. Evident, era dezechilibrat, tras în jos și aparent blocat într-o situație pe care o detesta, iar asta mă împiedica să-i pot determina adevăratul Scop în viață.

L-am întrebat dacă-l pot fotografia. A fost de acord și, stând de vorbă, am fost uluit de aerul său letargic. Nu era leneș și nu trândăvea la muncă, dar era blocat mental,

incapabil să formuleze clar, cu atât mai puțin să urmeze, viziunile din mintea sa. Acest tip de inerție este o problemă atât de familiară.

Unii dintre noi nu ne împlinim potențialul pentru că suntem paralizați de îndoiala de sine; extenuați de faptul că-i susținem pe alții sau că trăim de pe-o zi pe alta; prea nerăbdători ca să învățăm o meserie sau să muncim pentru niște recompense îndepărtate, nedefinite; și așa mai departe. Însă unii dintre noi, din cine știe ce motiv, pur și simplu nu avem energie.

Dacă ar fi avut un debușeu artistic, tipic în cazul unei fețe ovale (Jade) — pictura sau fotografia, sau crearea altor lucruri frumoase, chiar și a brânzei —, poate că nu s-ar fi simțit atât de înfrânt pentru că muncea în piață. A spus că



se simțea frustrat de limitările muncii sale, dar îi lipsea o viziune mai satisfăcătoare.

— Pur și simplu, nu știu ce altceva aș putea face, mi-a zis.

— Nu există decât o singură cale să afli, i-am răspuns. Nu trebuie să-ți lași jobul, dar trebuie să te îndrepți în alte direcții, către ceva care-ți pune în mișcare impulsurile creative. Care sunt idealurile tale? Care sunt interesele tale? Nu te aștepta să găsești imediat răspunsul corect. Continuă să cauți stimulare. Nu doar că vei scăpa de letargie, dar vei afla până la urmă și la ce anume ești bun. Dacă-ți pui mintea să faci ceva, vei avea și energie pentru asta. Dar mai întâi trebuie să te pui în mișcare, să faci un act voluntar, un efort conștient.

Urechi clăpăuge

Unul dintre clienții mei, un politician regional francez, s-a născut cu „urechi ca ale lui Dumbo", ca să-l citez. Când era adolescent, gândindu-se că va fi ridiculizat, părinții lui i-au lipit urechile de cap. Ajuns la vârsta mijlocie, era convins că „lipirea" urechilor sale l-a deturnat de la Scopul lui în viață, făcând din el un executant în locul liderului îndrăzneț care își dorea cu disperare să fie. M-a întrebat: „Dar dacă îmi fac operația inversă? Mă poate afecta psihic?"

Expresia „a ciuli urechile" are două sensuri foarte diferite. Unul este de „a fi în stare de alertă maximă", gata de acțiune; iar celălalt* este de „a forța pe cineva să cedeze; a-i reteza avântul". Evident, considera că această a doua definiție i se potrivea. Mi-a zis:

— De când am făcut operația, parcă n-am mai fost eu însumi. Mi se pare că trăiesc într-un corp străin.

---

* Sens existent în limba engleză, dar nu și în limba română. (*N.t.*)

Erau niște sentimente puternice, dar, așa cum i-am și spus, nimeni nu putea spune cu certitudine că eliberarea urechilor sale îi va elibera și mintea. Avea oare să iasă din nou la lumină acel eu înnăscut și autentic pe care-l avusese până la operație? Sau avea să se trezească din operație prins în plasa acelorași probleme? În tradiția chineză de citire a feței, urechile reprezintă domeniul copilăriei, așa că l-am îndemnat să se gândească la atmosfera emoțională în care a crescut. Pare operația să simbolizeze dezaprobarea părinților față de tânărul care devenise? Li se părea că este agitat, greu de ținut în frâu și că trebuia strunit? Cu alte cuvinte, le apărea părinților ca fiind ciudat sau le încălca într-un fel sau altul sistemul de convingeri?

Deși nu i-am spus-o, operația inversă putea fi suficientă pentru a-l face să se simtă diferit. Însă l-am putut asigura de un singur lucru:

TIPURI DE URECHI

Nu există două urechi la fel — nici măcar urechea dreaptă și urechea stângă a uneia și aceleiași persoane. Urechile sunt considerate un semn al capacității unei persoane de a procesa informații, precum și determinarea și capacitatea sa de a lua decizii. În tradiția chineză a citirii feței, urechile spun povestea copilăriei:

- Urechile care ies în afară indică agitație, incapacitatea de a sta locului, prea multe gânduri.
- Urechile apropiate de cap (care nu se văd din față) indică o persoană care apreciază liniștea și caută armonie și echilibru.

În tradiția chineză a citirii feței (și mai puțin în cea europeană), urechile mai sunt și importanți factori indicatori ai stării de sănătate:

- Urechile albăstrii indică probleme cardiace.
- Urechile roșiatice indică inflamație.
- Urechile deformate indică dureri de spate și afectarea coloanei vertebrale.

Modul în care sunt aliniate urechile oferă indicii despre personalitate:

- Urechile care depășesc linia sprâncenelor arată nerăbdare și impulsivitate, precum și un proces rapid și potențial necugetat de luare a deciziilor.
- Urechile care sunt aproximativ la nivelul ochilor sau sprâncenelor indică o abordare măsurată a vieții și un proces adecvat de luare a deciziilor.

- Urechile care sunt situate sub linia ochilor indică o persoană în căutarea cunoașterii, idealismului și perfecționismului, care pot duce la dezamăgire, precum și capacitatea de a aștepta exact momentul potrivit pentru a lua o decizie.
- Urechile înclinate, cu lobii îndreptați în față, indică nevoia de recunoaștere și laude, fie și nemeritate, precum și un potențial egoism.

Și dimensiunile urechilor sunt pline de indicii:

- Urechile mari și alungite sugerează o personalitate competitivă, sete de informare și un grad ridicat de cunoaștere și de experiență de viață.
- Urechile de dimensiuni medii sugerează echilibru și un sentiment al proporțiilor, capacitatea de a asculta selectiv și tendința de a reține numai ce este important.
- Urechile mici sugerează sensibilitate, temeri și nesiguranță; timiditate și înclinație către surplus de informații; precum și capacitatea de a beneficia de informații.

Un lucru ciudat e faptul că oamenii în vârstă rareori au urechi mici. Unii consideră că motivul este că urechile cresc în timp, iar alții susțin că oamenii, pe măsură ce îmbătrânesc, se deshidratează și pierd din masa corporală, astfel că urechile devin mai proeminente.

— Unii vor găsi că urechile tale clăpăuge sunt atrăgătoare — un fel de trăsătură specifică interesantă,

umanizatoare —, iar alții vor considera că arăți prostuț și neserios. Așa că vei vedea cum comportamentul tău se va schimba ca reacție la modul în care ești tratat. Ori te vei bucura de un cu totul alt tip de atenție, ori va trebui să te aperi. Este inevitabil. La fel de inevitabil este și faptul că un anumit număr de oameni vor fi prea absorbiți de propria persoană ca să mai observe ceva atât de important ca urechile tale!

A râs, dar am văzut că-mi cântărea cu atenție cuvintele. După o vreme am primit un bilet de mulțumire în care-mi spunea că se programase pentru operația inversă. „Urează-mi noroc!", mi-a zis.

Stele din univers

„Față de ghiveci" (Bucket) nu sună a compliment, dar implică niște calități ca stabilitatea, a fi cu picioarele pe pământ și capabil să-i inspiri pe alții. Alte trăsături, în special gura și ochii, arată cum sunt exprimate aceste calități. Acestea au fost indiciile care mi-au arătat că o femeie asiatică de afaceri care a venit să mă consulte se încadra în arhetipul Pionierului — nu un constructor, ci un explorator.

Însă ea avea pe-atunci 58 de ani. Își petrecuse viața lansând proiecte, angajând oameni care să le pună în practică și trecând apoi la următoarea provocare. Cariera ei își spunea cuvântul din punct de vedere fizic, pentru că presupunea călătorii, dar și mental, căci era într-un proces foarte rapid de reinventare, evaluat nu în funcție de realizări, ci de forța următoarei sale idei.

M-a întrebat dacă e timpul să se liniștească. Avea oferte de joburi de execuție foarte bine plătite, cu program de la nouă la cinci, care să-i permită să prindă rădăcini undeva. Dar pistruii presărați pe nasul ei, pe care cititorii chinezi

de chipuri îi numesc „stele din univers", îmi indicau cu tărie că s-ar fi simțit înțepenită într-un rol convențional.

Pistruii sunt subiect de dezbatere printre cititorii de fețe. Unii hinduși, care cred în vieți trecute, și taoiștii, care acceptă un ciclu de transmigrație, ar spune că o persoană cu mulți pistrui a adunat, de-a lungul secolelor, o înțelepciune pe care să o împărtășească și celorlalți. Unii cititori chinezi ai feței merg până acolo încât să analizeze ce înseamnă locul unde este plasat fiecare pistrui. Propriul meu maestru chinez m-a prevenit: „Nu te pierde în așa ceva. Caută să vezi numai pistruii sau alunițele cele mai proeminente — acestea spun povestea". Anumiți maeștri care preferă această abordare ar mai adăuga și faptul că pistruii sau alunițele mai puțin proeminente nu sunt decât camuflaj, un efort de a ascunde personalitatea dezvăluită de marcajele cele mai mari.

Clienta mea nu era plină de pistrui, ci avea doar câțiva, asta însemnând aplecare către lume în sensul de „a-i aparține lumii". Asta însemna că putea face din când în când o pauză de la rolul de lider sau că ar sta o vreme să prindă rădăcini, dar că nu-și va dori niciodată să rămână într-un singur loc. Această tendință a fost confirmată și de forma gurii, micuță, dar cu buze pline și flexibile. Era gura unui comunicator pasionat, unul care vorbește din suflet. Nu în felul poruncitor al cuiva cu chip regal (King), care-și limitează numărul de mișcări ale gurii, ci cu expresivitatea emoțională care să impresioneze și să inspire. Mesajul ei de leadership ar fi: „Dă-mi voie să-ți arăt ce am descoperit. E interesant. Hai să-ți arăt".

Privirea sa era fixă, subliniindu-i capacitatea de a se concentra îndeaproape pe o persoană sau pe un scop. Nu avea ochii larg deschiși, cu privirile pironite, ci pe jumătate închiși, sugerând reveriile unui vizionar. Toate aceste elemente m-au făcut să-i rezum personalitatea ca Pionier, o femeie atrasă de lume și mânată să exploreze, care își

putea integra visurile în descoperirile sale și care-i putea inspira și ghida pe alții să și le realizeze pe ale lor. După care își descoperea o altă pasiune și concepea alte mijloace de a o pune în practică.

La 58 de ani, găsea în continuare idei noi. Încă nu era pregătită să se înhame la jugul rutinei. Era menită să fie în mișcare.

Îngerul păzitor

La o convenție de medicină alternativă am fost abordat de o tânără pentru o ședință de citire a feței. Mulți clienți se întreabă ce să facă cu viața lor, dar această femeie știa deja. Mi-a spus:

— Sunt manager de vânzări pentru o companie de produse naturiste. Dar mi-am dorit întotdeauna să ajut oamenii în feluri mai directe. Am o specializare în fiziologie, cu accent pe medicina complementară, apoi am făcut un curs ca să am certificare de terapeut naturist. Asta a fost acum câțiva ani. Continui să fac cursuri și să fiu la zi cu certificările, dar nu sunt sigură dacă a venit timpul să-mi fac propria afacere.

— De ce nu? am întrebat-o, deși puteam vedea motivul pe chipul ei: siguranța.

Un job în vânzări, în care ai de-a face cu oameni, este suficient de confortabil pentru cineva cu un chip de tip oval (Jade). Se temea să renunțe la salariul regulat și la structura unui job corporatist ca să-și fondeze și să-și conducă propria afacere.

Ascultându-i explicațiile, m-am uitat la gura ei, perfect echilibrată, cu buze bine definite. Și cuvintele ei erau măsurate, arătând că știa despre ce vorbește. Dar ochii ei transmiteau un mesaj diferit, mișcându-se agitat de colo colo. Lipsa de sincronizare dintre gură și ochi poate

să însemne mai multe lucruri, în funcție de context, dar nervozitatea semnifică adesea că te aștepți la o schimbare de proporții. Întrucât vorbea despre un vis drag ei, asta sugera că era gata să-l ducă la îndeplinire.

Era oare visul potrivit? Momentul potrivit?

Avea un chip oval clasic, plin de pasiune și de iubire pentru oameni. Când zâmbea i se vedeau gingiile, indicând că avea sistemul de convingeri al cuiva care dăruiește și dorința de a-i ajuta și de a-i sprijini pe ceilalți. Foarte grăitor, mi-a arătat o linie nouă, în formă de U, apărută pe chipul său și care se întindea de sub bărbie până pe lateralul fiecărui obraz. Se formase probabil pe parcursul anilor petrecuți studiind ca să intre la facultate, să-și ia licența, apoi să-și continue studiile. Aceasta este linia responsabilității, linia cuiva generos și plin de solicitudine. I-am spus:

— Fiecare element al chipului tău are legătură cu ajutorul și vindecarea. Chiar și mâinile tale, sensibile și receptive, de tip Apă, oferă vindecare. Arhetipul pe care l-aș folosi în descrierea ta este Îngerul păzitor. Acesta este Scopul tău în viață, așa cum o știi de ani întregi. Nu vrei să simți că-l trăiești?

— Ba da! Dar îmi fac griji că am atâtea de pierdut.

— Dacă dai greș vrei să spui? Putem da greș în orice, indiferent dacă e vorba de un efort greșit direcționat sau de ceva ce suntem născuți să facem. Nimeni nu poate hotărî ce anume e mai bine pentru tine, dar îți pot confirma că ești pe drumul cel bun.

Având un chip oval (Jade), trebuia să se păzească de timiditate și de indecizie. I-am dat o listă de propoziții la care să reflecteze:

Nu lăsa siguranța să te limiteze.
Rezistă în fața îndoielii de sine.
Fii pregătită pentru aventură.

Ai încredere în instinctele tale; ai încredere în talentul tău. Nu te încrede în mintea ta, care va pune totul la îndoială.

— Bănuiesc că la asta speram în urma acestei ședințe, mi-a spus ea. Validarea direcției mele în viață, un vot de încredere, poate un mic impuls.

Cuiul pătrat

Unii dintre noi facem alegeri de viață deviante, contrare personalității noastre. Putem chiar să avem foarte multe succese. Uneori, un cititor de fețe va observa trăsături, de tipul talentelor ascunse, care explică de ce această aparentă contradicție oferă de fapt un anumit grad de echilibru. Dar există și oameni care se simt ca niște cuie pătrate bătute în găuri rotunde. Este cazul uneia dintre clientele mele, o grecoaică de 30 și ceva de ani, căreia i s-a propus să fie promovată la conducerea unui hotel din Austria. Îi făcusem o citire la un moment dat în trecut, când era directoarea de resurse umane a hotelului, apoi din nou, pe când cântărea propunerea de promovare.

Când am văzut-o prima dată, unul dintre lucrurile care m-au frapat au fost umerii ei pătrățoși, de parcă se străduia conștient să-i țină în așa fel încât să arate mai mare sau mai temerară. Asta o făcea să arate încordată din punct de vedere fizic. O altă trăsătură pe care am observat-o imediat a fost maxilarul ei supradimensionat și musculos, o trăsătură de tip regal (King) pe un chip fără alte elemente de acest tip.

Există trei motive pentru care un astfel de maxilar musculos și fără legătură cu restul feței apare în cazul unei femei. Probabil cel mai comun motiv este scrâșnirea dinților, semn că subconștientul se revoltă activ împotriva unui anumit aspect al vieții cotidiene. Al doilea este

excesul de testosteron, care poate fi stimulat prin exerciții fizice intense — de aceea multe sportive au un astfel de maxilar — sau ca urmare a unei alimentații bogate în carne roșie. Al treilea este desigur genetica, deși e greu să se facă diferența între natură și cultură. Dacă tatăl unei femei are un maxilar puternic, iar mama sa nu are, merită întrebat dacă i s-a părut că rolul de mamă este limitativ și dacă, poate inconștient, s-a modelat după tată.

Însă, în afară de maxilarul său de tip regal (King), doamna director avea un chip de tip oval pur (Jade), cu o formă perfectă de ou, trăsături fine și ochi mari, atrăgători și pe jumătate închiși. Cu pielea ei albă, părul negru și conformația sinuoasă, avea un aspect considerat de unii frumos, iar de alții, foarte auster. Când zâmbea, i se vedeau gingiile, asta însemnând că era o persoană generoasă. Avea gura mare și binevoitoare, dar își încrețea buzele când vorbea, de parcă ar fi scuipat cuvintele, în loc să vorbească liber. Asta sugera că se reținea de la ceva, dăruind împotriva voinței sale.

— Cum ai ajuns să lucrezi în domeniul hotelier? am întrebat-o.

— La început, mi-am dorit să lucrez în domeniul sănătății mintale. Dar mi-am luat un an în care am lucrat într-un spital psihiatric din străinătate și a fost o deziluzie, ca să nu spun mai mult. Am crezut că terapia prin artă și muzică poate ajuta, însă pacienții erau atât de năuci de la pastile, că era ca un job de babysitting. Când m-am plâns că nu se face practic nimic pentru a-i ajuta pe oameni, toată lumea a râs de idealismul meu. Pe-atunci l-am cunoscut și pe cel care avea să-mi devină soț.

— Mai sunteți căsătoriți?

— O, nu. El lucra pentru o firmă care organiza evenimente pentru marile corporații. Era exact invers decât ceea ce făceam eu — el crea evenimente fericite, iar eu eram martora nefericirii umane. Ne știam din vedere când m-a

angajat să lucrez în departamentul său, dar în scurt timp am început să ne dăm întâlniri, apoi ne-am căsătorit. După aceea, orice aș fi făcut, nimeni nu mă lua în serios. Eram doar soția lui cutare, iar asta ne-a afectat căsnicia. Am plecat și mi-am găsit de muncă la hotel.

— Ești aici de ceva vreme.

— Da. Dar după ce mi-am dat demisia, bărbatul meu a început să aibă tot felul de aventuri când pleca în delegații pentru diverse evenimente. Se bârfea atât de mult despre asta, că a ajuns până la urechile mele. M-am simțit atât de umilită, că ne-am despărțit.

M-am întrebat dacă nu cumva pe-atunci începuse să scrâșnească din dinți.

— Aici munca mea este apreciată, a continuat ea. Oamenii mă respectă.

— Este suficient de creativă? Sunt sigur că îți place să lucrezi cu oamenii ca director de resurse umane. Dar mă întreb dacă nu cumva ești atrasă parțial de faptul că ești respectată și nu ești subestimată.

— Poate. M-am simțit invizibilă atâta timp! Iar după divorț mi-a fost greu să-mi refac respectul de sine.

După câțiva ani, când am revenit la hotel, ea își dorea cu disperare o citire a feței. Mi-a spus:

— Nu știu ce să fac. Mi se face o mare onoare prin această propunere de a fi director de hotel. Dar am fost atât de frustrată. Cu cât ajung mai sus în companie, cu atât munca mea devine mai administrativă. Și sunt multe ore. Hotelul este deschis non-stop, așa că nu fac decât să muncesc tot timpul. Nu există iubire în viața mea și-mi lipsește asta. Ca director, voi sacrifica totul — chiar și șansa de a avea o familie — pentru un scop de care nici nu știu dacă-mi pasă. Adică să conduci un hotel nu e ca și cum ai salva lumea.

— Cred că asta îți lipsește la fel de mult ca iubirea. Sentimentul că ai un scop și satisfacția de a ajuta oamenii, poate chiar de a-i vindeca.

Arhetipul care i se potrivea în acel moment era Executantul — o persoană care merge acolo unde este condusă, nu care-și alege singură direcția. Nu asta era menită să fie. I-am reamintit atributele unui chip de tip oval (Jade) — aplecare către frumos, iubire de oameni, minte deschisă și dorință de a învăța. I-am vorbit despre natura generoasă indicată de gingiile sale și de ceilalți factori prezenți pe chipul ei.

— Dacă ești convinsă că vei renunța la viața ta pentru prea puțin, ar trebui să te gândești pentru ce anume ar merita să faci acest sacrificiu.

— Ai dreptate, mi-a spus.

La scurt timp mi-a trimis un e-mail: „Am refuzat propunerea. Mi-am reluat studiile ca să-mi iau licența în psihologie, prima mea iubire. Aș vrea să lucrez cu copiii și să încorporez terapia prin muzică și artă. Ce părere ai?"

Tot ce i-am putut spune a fost: „Excelent!"

Mama răniților

Într-o zi a trecut pe la mine o tânără, să-i efectuez o citire legată de nutriție. Așteptam un client, așa că i-am făcut o programare. Înainte să plece, i-am spus: „Felicitări pentru sarcină!"

— De unde ai știut?

A dat-o de gol faptul că avea pe frunte, într-o parte, pete pigmentare maronii numite melasmă. Se mai numesc și cloasmă sau „mască de sarcină", putând să apară și din alte cauze hormonale perturbatoare, cum ar fi anticoncepționalele, afecțiunile tiroidiene și chiar stresul, dar sarcina este motivul cel mai comun. Melasma poate să apară oriunde pe față — pe puntea nazală, pe bărbie, pe obraji, pe buza superioară — sau pe gât și pe antebrațe. Este inofensivă, iar când este provocată de sarcină tinde să

dispară de la sine. Și bărbații fac melasmă, dar 90% dintre cazuri apar la femei.

— E un început bun pentru o citire, mi-a mai spus ea.

Dar când apare la femeile mai în vârstă, melasma corelează adesea cu arhetipul numit Mama răniților. Mama răniților nu este un stereotip de mamă drăguță și gospodină care se sacrifică pe sine de dragul altora. Aduce mai mult cu Maica Theresa: caldă și iubitoare, dar și dură și puternică. Este o figură a autorității și o forță a naturii. Aceste calități îi definesc Scopul în viață.

Când lucram la Hong Kong într-un hotel important, am dat peste o astfel de femeie. Era expată din Australia, avea aproape de 60 de ani și era soția unui important CEO. Avea o oarecare curiozitate genuină cu privire la citirea feței, dar a fost mai mult plictisită. Nu muncise niciodată și avea personal care să se ocupe de gospodărie. Cei trei copii ai săi erau mari și locuiau care mai de care mai departe, la Sydney, Londra și San Francisco. Mi-a spus:

— Mă duc să-i văd și să-mi văd nepoții de câteva ori pe an. Mi-e atât de dor de ei! Aș petrece mai mult timp alături de ei, dacă m-ar lăsa.

Melasma de pe frunte, deși observabilă, nu-i diminua din atractivitate. A fost încântată să audă asta și a fost mulțumită și de detaliile pe care le-am zărit pe fața ei în primele 30 de minute.

— Mă flatezi; ești atât de amabil, mi-a spus. Chiar mă vezi așa cum sunt. Știi cine sunt.

Nu flatez oamenii, dar de multe ori le descriu calitățile pe care le văd înainte de a trece la defecte. Dar mi-a luat-o înainte, întrebându-mă:

— Nu ai nimic negativ să-mi spui?

— Pe față nu sunt lucruri negative, i-am explicat. Însă toată lumea are atribute cu potențial de câștig sau de pierdere. Dacă vorbesc despre aspectele de pierdere, nu este ca să critic sau să judec, ci ca să ajut la găsirea unui echilibru în viață.

— Exact asta vreau să aud. Vreau să știu ce pot îmbunătăți.

Avea un amalgam de forme, cunoscut ca Față de Iepure. Caracteristicile acesteia sunt gingii vizibile și linia în formă de U care începe sub bărbie și urcă pe fiecare obraz și care este marca unei persoane capabile să aibă grijă de ceilalți cu responsabilitate. Dar mai include și trăsături de tip regal (King).

— Buzele în mod special sunt de tip regal, cea de jos fiind mai plină decât cea de sus. Ai pupilele mici, asta însemnând o înclinație mai degrabă înspre analitic, decât înspre empatic. Bănuiesc că ai un pic din atitudinea regală, care este protectoare, dar poate și să pară autoritară și rigidă. Tot acest complex de trăsături, combinate cu melasma, fac ca Scopul tău în viață să fie de Mamă a răniților.

Era încântată.

— Mama răniților — îmi place. Sunt mândră că am un astfel de Scop în viață. Ce aspecte de pierdere pot veni de aici?

— Ei bine, s-ar putea să fii puțin dominatoare. Ai menționat că nu întotdeauna copiii te vor alături. Poate că aduci critici felului în care trăiesc ei sau în care-și cresc copiii, o tendință de înțeles în cazul Mamei răniților. Poate că ai nevoie de mai mult decât propriii copii ca să te simți împlinită.

— Eu? Uh-uh, mi-a răspuns cu un tremur în glas și cu buza de jos fremătându-i de nervi. Nu, te înșeli!

Evident, lovisem o coardă sensibilă. S-a ridicat și a plecat.

Mai târziu, am auzit că se plânsese managerului de la spa, care m-a apărat, spunând:

— Ați vrut să știți adevărul. Dvs. ați vrut să aflați ce anume să îmbunătățiți.

— Chiar și așa, nu ar fi trebuit să-mi spună vreodată așa ceva, a insistat ea.

Dar a doua zi dimineață a venit să-și ceară scuze.

— Poate că am exagerat, dar nu-mi știi familia. Țin foarte mult la ai mei și ei au nevoie de mine.

— Așa vezi tu lucrurile. Însă cu gura ta ai spus că-ți limitează vizitele. De ce nu ar vrea să beneficieze de ajutorul tău? Pune-ți sincer această întrebare, lăsând la o parte mândria și rigiditatea regale.

A ridicat din umeri, dar apoi a zis:

— Și-atunci care-i scopul de a fi Mama răniților?

— Creșterea copiilor a fost doar un antrenament în vederea Scopului vieții tale. „Mama răniților" nu înseamnă doar să ai familie sau să te autoproclami tot timpul capul familiei. Înseamnă să dăruiești celor care au nevoie — tuturor copiilor, chiar și adolescenților și adulților tineri — care au mare nevoie de energia ta maternă. Când nu călătorești să-ți vezi copiii și să te implici în viețile lor, stai acasă și te plictisești. Îți irosești talentele și nu-ți împlinești Scopul în viață. Sunt atâtea lucruri caritabile pe care le poți face chiar aici — cu copiii orfani, poate; sau cu cei fugiți de acasă. Poți să coordonezi un program de tip afterschool pentru copii ai căror părinți lucrează. Poți pune bazele unei organizații de mame care să ofere sprijin mamelor singure — ia gândește-te cât de multe ar aprecia asta. Cine altcineva s-ar pricepe mai bine să creeze un astfel de grup dacă nu Mama răniților? Este un Scop în viață foarte special.

Îi străluceau ochii, de parcă i-aș fi propus niște idei geniale. Fiind pe-atunci la început ca cititor de fețe, am fost surprins că nu se gândise ea însăși la toate acestea. Mi se păreau atât de evidente. Dar acum îmi dau seama că, pe măsură ce trăim mai aproape de Scopul vieții noastre, când suntem la locul aproape potrivit, pe atât ne este mai greu să-l vedem.

Capitolul 7
Lumea expresiilor faciale

Forma feței și trăsăturile sale fixe, în special ochii și gura, sunt schița personalității, dar pentru a citi printre rânduri trebuie să fim atenți la expresiile faciale. La nivelul feței sunt 43 de mușchi, dintre care 18–20 sunt implicați în formarea expresiilor. Cu cât folosești mai mulți mușchi pentru crearea unei expresii, cu atât îți comunici mai clar gândurile. Oamenii de știință consideră că fața poate transmite până la 10 000 de expresii diferite, dintre care 3 000 au legătură cu emoțiile.

Apropo, proverbul care zice că ai nevoie de mai mulți mușchi ca să te încrunți decât ca să zâmbești probabil datează de la începutul secolului XX și nu e adevărat. Ce e adevărat este că tindem să oglindim inconștient expresiile celor pe care-i întâlnim — să le zâmbim celor care ne zâmbesc și să ne încruntăm la cei care se încruntă. Studiile au arătat că oamenii cărora li s-a spus să se încrunte la persoanele care le zâmbeau și invers au fost nevoiți să-și înfrângă instinctul de a răspunde cu aceeași monedă.

Să zâmbești nu doar că-i face și pe ceilalți să zâmbească, dar te face și pe tine mai fericit. Zâmbetele, încruntăturile furioase și alte expresii faciale ca frica, tristețea, surpriza și dezgustul, chiar și când sunt mimate, pot trezi în noi emoțiile pe care le descriu. De la Charles Darwin citire, mulți oameni de știință au susținut că aceste expresii

faciale de bază sunt universale, comunicând aceleași trăiri în fiecare cultură și chiar și de la o specie la alta. Cimpanzeii exprimă facial aceleași emoții ca și noi.

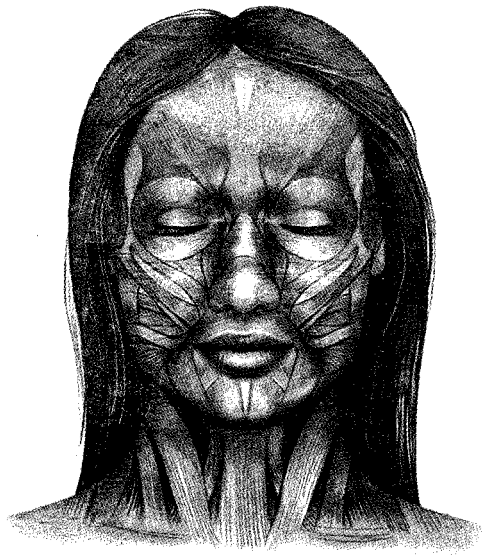
În 1976, pe baza studiilor anatomistului suedez Carl-Hermann Hjorstjö, a fost creat un sistem de clasificare a expresiilor faciale. Numit Sistemul de Codare a Acțiunilor Faciale (SCAF), acesta definește expresiile și identifică grupele de mușchi folosite în crearea fiecăreia. Psihologul Paul Ekman, pionier în studiul expresiei faciale a emoțiilor, a rafinat acest sistem, care nu se folosește pentru interpretarea expresiilor, ci pentru studierea fiziologiei de la baza lor.

Ekman este cunoscut pentru cercetările sale în domeniul microexpresiilor, acestea fiind expresii minuscule și involuntare care durează doar o fracțiune de secundă. Deoarece nu pot fi controlate sau ascunse, ele dezvăluie adevăratele emoții ale unei persoane. Să învețe să citească microexpresiile este una dintre cele mai mari provocări ale unui cititor de fețe, dar această abilitate este un instrument foarte important. În capitolele care urmează voi face adesea referire la microexpresii în evaluarea reacțiilor oamenilor la un moment dat, căci acestea pot oferi indicii despre natura lor mai profundă. De exemplu, un singur rid între sprâncene, numit acul suspendat, indică tenacitate, dar microexpresiile persoanei respective îmi vor arăta dacă acea tenacitate este un refuz încăpățânat de a face compromisuri sau o determinare statornică. Secțiunea „Cele șase microexpresii" descrie modul în care apar aceste minuscule mișcări.

Oamenii mă întreabă adesea dacă botoxul și chirurgia plastică afectează citirea feței. Răspunsul este: nu chiar. Botoxul se folosește preponderent pentru netezirea ridurilor, însă pentru un cititor cu experiență acestea sunt în mare parte surse suplimentare, și nu primare de informație. Imediat după tratamentul cu botox, chipul

unei persoane este încremenit, iar mușchii abia dacă se mișcă, astfel că nu e momentul potrivit pentru o citire a feței. Îmi place să glumesc despre asta cu clienții mei: „Nu pot să-ți spun prea multe despre o mașină parcată! Revino când merge motorul".

Îmi avertizez clienții să nu exagereze cu tratamentele cu botox și cu chirurgia estetică, întrucât riscă să-și afecteze funcționarea mușchilor faciali. Cei care merg prea departe pot să resimtă o dizabilitate considerabilă când vine vorba de relații. Ne conectăm profund cu ceilalți prin oglindirea expresiilor lor. E greu să te conectezi și să înțelegi o persoană ale cărei expresii nu pot fi oglindite, iar cineva care nu poate imita expresiile celorlalți e mai puțin capabil de empatie. În capitolul 12, „Percepția altora", se vorbește despre mecanismul oglindirii.

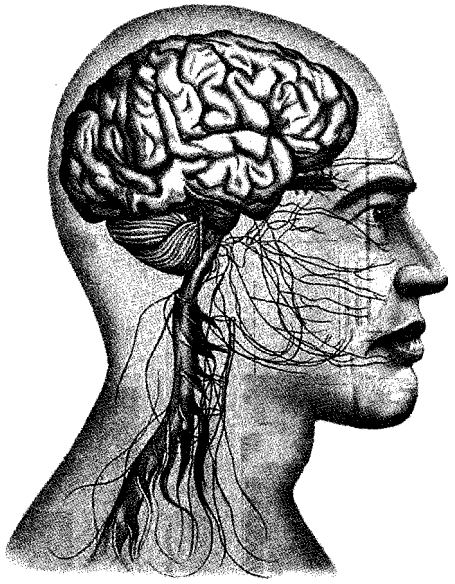


Musculatura feței

CELE ȘASE MICROEXPRESII

Deoarece microexpresiile sunt involuntare, ele sunt un indiciu mai de încredere privind emoțiile decât aceleași expresii menținute pe un interval mai lung (mai mult de câteva secunde). Acestea sunt universale. Iată felul în care apar în fiecare cultură:

- ***Surpriză***: sprâncenele ridicate, pielea de sub ele întinsă, riduri orizontale pe frunte, ochii larg deschiși, maxilarul căzut fără vreo tensiune evidentă la nivelul gurii.
- ***Frică***: sprâncenele ridicate formând o linie dreaptă; pe frunte riduri înghesuite între sprâncene; pleoapele de jos încordate și ridicate în sus, dar pleoapele de sus înălțate; este vizibilă sclerotica de deasupra irisului; buzele întredeschise și încordate.
- ***Dezgust***: pleoapele de sus ridicate, obrajii și buza superioară înălțate, nasul încrețit.
- ***Furie***: sprâncenele coborâte și apropiate, riduri verticale între sprâncene, ochii ieșiți din orbite sau privirea fixă, buzele strânse, nările dilatate, maxilarul împins înainte.
- ***Bucurie***: colțurile gurii trase înapoi și ridicate în sus, obrajii înălțați și dând naștere unui rid ce se întinde de la marginile exterioare ale nasului până la marginile exterioare ale buzelor și laba-gâștei la ochi.
- ***Tristețe***: colțurile interioare ale sprâncenelor apropiate și ridicate, maxilarul împins în față, iar colțurile gurii îndreptate în jos, cu buza de jos ieșind în afară.



Nervii faciali

Un cititor de fețe întâlnește uneori și câte un chip împietrit, cu mușchi înțepeniți, din cauza vreunei boli sau a unei probleme de personalitate. Se poate, deși este dificil, să obții foarte multe informații fie și numai de la ochi. Opusul unui chip împietrit este chipul fluid, care trece ciclic prin foarte multe microexpresii de la un minut la altul. E nevoie de foarte multă experiență pentru a identifica expresiile cele mai importante care aleargă pe chip și de foarte multă oglindire empatică pentru a le interpreta.

În afară de expresiile faciale, un bun cititor de fețe este atent la multe alte indicii nonverbale — limbajul corporal, gesturile și chiar și la stilul vestimentar — exprimate de oameni. Unele dintre acestea au o forță uriașă, cum mi-a demonstrat odată maestrul meu chinez. Fusese invitat să

ține un discurs despre citirea feței la o convenție de comunicare de nivel managerial. După ce i-a salutat pe cei 300 de oameni de afaceri din sală, le-a cerut tuturor să participe alături de el la un exercițiu. „Nu și tu, Eric", mi-a zis încet. Și-a prins buza de jos între degetul mare și arătător, a tras de ea și a început să o maseze. După vreo două minute interminabile, a spus:

— Haideți acum să luăm o pauză.

— O pauză? am zis eu. Dar nici măcar nu am început.

Maestrul nu mi-a răspuns. Dar am fost uluit să văd că mai bine de o treime dintre cei din public s-au ridicat să se ducă la toaletă.

În medicina tradițională chineză, părțile feței sunt în legătură cu diferite organe interne. Buza de jos corelează cu colonul.

A fost o lecție fascinantă, ilustrând modul în care un gest ce produce un efect concret are și același sens figurat. Cineva care se trage de buza de jos nu se gândește la ce va face mâine, ci încearcă să scape de o problemă sau să elimine ceva.

Iată un exemplu de citire rapidă, dar cuprinzătoare pe baza unei serii întregi de indicii. Eram la un restaurant din Chicago împreună cu un prieten care-și dorea să înțeleagă mai bine cu ce mă ocup. Mi-a arătat un cuplu așezat în apropiere de noi și m-a întrebat: „Ce-mi poți spune despre acea femeie?"

Am observat mai întâi că avea un chip trapezoidal (Bucket), în formă de ghiveci de flori, asta indicând că este creativă, dar că poate avea probleme, neștiind de unde să înceapă.

M-am uitat apoi la microexpresiile sale, care indicau clar nefericire — avea maxilarul ridicat, sprâncenele apropiate, iar colțurile gurii orientate în jos. Apoi a început să vorbească fără să articuleze cu toată gura, ci numai cu o

parte. Aceasta este o expresie clasică de dispreț; nu este una dintre principalele microexpresii oficiale, dar e foarte ușor de înțeles. „Ce-o fi cu partenerul ei? Cum de i-o fi trezit disprețul?", mi-am spus în sinea mea.

Apoi am fost atras de gesturile ei. După ce și-a așezat paharul cu apă pe masă, l-a tot verificat, ca să fie sigură că stătea bine. A făcut la fel cu sarea și piperul, răsucindu-le chiar și capacele, ca să fie sigură că sunt bine închise. Evident, acesta era un semn de anxietate.

Și limbajul ei corporal era frapant. Avea umerii căzuți și încovoiați, de parcă s-ar fi ghemuit în sine. Stătea cu capul plecat, dar când l-a ridicat, am putut vedea că pleoapele ei inferioare aveau o culoare violacee.

În numai un minut sau două am evaluat-o în cinci feluri diferite și am strâns suficiente informații cât să-i spun prietenului meu:

Cinci moduri de a te uita la o femeie

— Îmi dau seama că este stresată — cortizolul, hormonul stresului, și insomnia i-au provocat acele cearcăne albăstrii — și are sentimentul că viața îi scapă de sub control. Tânjește să fie susținută și să i se ofere siguranță. Nu e supărată pe însoțitorul ei, căci ar sta mai dreaptă, înfruntându-l fizic, în loc să se facă mică. Disprețul ei e îndreptat asupra propriei persoane — e ceva ce-și dorește de mult să facă sau să creeze, dar nu reușește, din cine știe ce motiv.

— Uau! Ai putut vedea toate astea? a spus prietenul meu.

Sigur că am putut și putem cu toții (sau măcar cei mai mulți dintre noi). Lexiconul gesturilor și al limbajului corporal este mult prea extins, desigur, pentru a putea fi indicat aici, dar, ca în cazul expresiilor faciale, suntem foarte bine înzestrați să facem interpretări.

Scopul acestei cărți e să ne facă mai conștienți de expresii, gesturi și limbaj corporal și să ne trezească puterea intuiției. În capitolele următoare sunt mult mai multe exemple privind intersectarea între trăsăturile fixe, expresii, gesturi și limbajul corporal.

Gașca de duri

Dacă nu poți recrea microexpresiile unei persoane, poate fi greu să-ți dai seama de intențiile sale. Asta a generat o problemă interesantă pe care am observat-o la o clientă din Londra, o doamnă blajină care a venit pentru o citire legată de nutriție.

— Nu-mi place deloc să merg pe strada ta, fiindcă mi-e teamă de tipii care-și fac veacul pe-aici, mi-a spus ea.

Nu observasem niciun fel de personaje amenințătoare, așa că am întrebat-o:

— Ce anume îi face temuți? Cum se îmbracă? Piercingurile sau tatuajele?

— Expresiile lor faciale. Arată periculoși.

— Ia să văd!

A tot încercat să-și schimonosească fața într-o expresie amenințătoare. Arăta atât de caraghios, că în scurt timp am izbucnit amândoi în râs.

— Hai să încerc și eu, i-am zis. Să-mi spui dacă-mi iese.

Mi-am coborât bărbia și am ridicat un colț al gurii, privind-o cu ochii mijiți. Cred că arătam ca un taur gata de atac.

— Da, așa arată.

Am îndemnat-o să mai încerce o dată, dar chiar și atunci încercarea ei de a copia înfățișarea mea ostilă nu a fost pe măsură. Era neagresivă prin natura ei, așa că nu putea transmite acest sentiment în mod convingător.

Dar chiar și emoțiile familiare de bucurie și tristețe sunt greu de transmis dacă nu le simți. Tristețea, mai ales, este dificil de mimat, chiar dacă știi că trebuie să ridici și să apropii colțurile interioare ale sprâncenelor, să împingi în față maxilarul și să faci botic, lăsând în jos colțurile gurii. Cei mai mulți dintre noi putem recunoaște o expresie de falsă bucurie, chiar dacă sunt prezente elementele majore, ca zâmbetul care ridică obrajii și încrețește colțurile ochilor.

Unul dintre cele mai importante indicii că o microexpresie este reală sau falsă ține de cât timp durează. Așa că mi-am întrebat clienta:

— Cât timp durează aceste expresii amenințătoare?

— Indivizii s-au holbat la mine tot drumul.

— Atunci s-ar putea să nu fie expresii de agresiune reală. O înfățișare periculoasă, ca atunci când cineva e gata de atac, durează vreo două secunde. Cineva care-și menține mai mult de-atât expresia pe chip face un efort conștient în acest sens. Poate că tipii ăștia făceau pe durii mai degrabă ca să se impresioneze unul pe altul, decât ca să te intimideze pe tine, care nu reprezinți o amenințare.

Sigur, nu există 100% garanție că o persoană care arată ostil este inofensivă, dar, ca regulă generală, o expresie care durează mai mult de cinci secunde nu este autentică. În capitolul 12, „Percepția altora", vorbesc mai amănunțit despre regula celor cinci secunde și despre procesul de „oglindire" care ne ajută să intuim emoțiile celorlalți.

— Ce bine! mi-a spus clienta. Devin anxioasă în locuri nefamiliare. Mai bine mi-aș controla microexpresiile ca să nu arăt cât sunt de agitată.

Frecușurile căsniciei

În Germania, particip la o emisiune TV de tip reality show, alături de un psiholog și alți experți, ca să ajutăm oamenii aflați într-o relație. Unul dintre cuplurile din emisiune se confrunta cu niște boli grave, bărbatul fiind afectat de un cancer de colon, iar femeia suferind de artrită reumatoidă, o inflamație cronică a articulațiilor. Deși erau împreună de zeci de ani, soțul, având aproape 60 de ani, era cu aproape 20 de ani mai în vârstă. Începuseră deja să se întrebe dacă mariajul lor putea să reziste dublei încercări a bolii și îmbătrânirii.

— Aveți copii? a fost prima mea întrebare.

— Eu am, dintr-o altă căsnicie, mi-a răspuns bărbatul. Ne-am mutat din oraș într-o casă la țară, ca să fie loc și pentru ei. Dar acum sunt oameni în toată firea, au propriile familii.

— Casa a devenit imposibil de gospodărit, a adăugat soția. Vreau să ne mutăm într-un apartament, dar el tot obiectează. Asta e cea mai mare problemă a noastră.

— Nu e asta cea mai mare problemă a noastră, i-a replicat bărbatul. Nu mă lași să pun mâna pe tine, asta e problema noastră cea mai gravă.

Toată lumea de pe platou — de la producători la personalul tehnic — a încremenit în acel moment. Am auzit cum s-a lăsat tăcerea în cască.

Ca să atenuez tensiunea, am întrebat:

— Vrei să spui că nu aveți o relație sexuală?

— Nu mă refer numai la sex. Nu ne sărutăm, nu ne îmbrățișăm, nu ne cuibărim... E de neatins, punct.

— E din cauza durerilor? am întrebat-o pe ea. Sau te-ai săturat de el?

— Nu are legătură cu durerea sau cu faptul că nu vreau să fiu cu el. Pur și simplu nu-mi fac plăcere atingerile fizice.

Expresia de pe chipul ei nu era tristă sau defensivă, ci resemnată.

— Ați fost vreodată pasionali?

— O, da, mi-a răspuns ea. Primii noștri ani au fost extraordinari! Deși stăteam înghesuiți într-un apartament de două camere, aveam doi câței, plus copiii lui, eram mereu înflăcărați! Nu ne puteam lua mâinile unul de pe celălalt. Dar acum, deși avem atâta spațiu în casa rămasă goală și toată intimitatea din lume, nu ne mai conectăm în acest fel.

— Și-atunci ce fel de relație aveți? Ați numi-o iubire?

— Cu siguranță, a spus el.

A enumerat elementele unei relații de iubire — atracție reciprocă, compatibilitate fizică și mentală, scopuri comune în viață, să-l faci pe celălalt fericit, să empatizezi cu suferința celuilalt și multe altele. A concluzionat spunând:

— Poate că relației noastre îi lipsesc acum unele dintre aceste aspecte. Dar, pentru că o iubesc, aș spune că avem o relație de iubire.

— Tu ce-ai spune? am întrebat-o pe soție.

— Eu n-aș numi-o chiar iubire. Aș spune că relația noastră servește unui scop. Avem nevoie unul de altul și ne îngrijim unul pe altul.

În cască auzeam reacțiile celor din platou. Când vorbea bărbatul, aveau reacții de aprobare, impresionați de

loialitatea și toleranța lui. Acum se auzeau murmure despre bietul de el care o iubește, când ea de fapt nu-și dorește decât un îngrijitor, cum ea nu-l merită și așa mai departe.

Fiind cititor de fețe, nu iau partea nimănui și nu-mi bazez evaluările pe cuvinte. În schimb, le-am studiat chipurile ca să îmi dau seama de situație. El avea un chip clasic de tip conic (Mountain), cu o frunte mai îngustă decât maxilarul. Cei cu chip de tip conic sunt de obicei singuratici, deși sunt capabili de o foarte mare loialitate. Comunică bine, așa cum o făcuse și el în definirea iubirii, dar tind să-și reprime sentimentele și să-și rețină emoțiile. Mai pot și să amâne în mod cronic să acționeze, așteptând la nesfârșit, în loc să rezolve problemele, în speranța că acestea vor dispărea de la sine.

În mod surprinzător, ea avea un chip pur angular — triunghiular, cu o bărbie ascuțită — asociat cu intensitate, pasiune și iubire. Când trăiește în câștig, o persoană cu chip angular este sigură de sine și-i susține foarte mult pe ceilalți, dar când trăiește în pierdere, poate fi doborâtă de îndoială. Raționalitatea și lipsa de ardoare ale femeii nu se potriveau. Unde era emoționalitatea vie la care m-aș fi așteptat? Puteam detecta numai impresii fugitive.

Așa că i-am spus:

— Forma feței tale contrazice detașarea din cuvintele tale. Văd că ești pasională, chiar impulsivă, prin natura ta. Microexpresiile tale dezvăluie furie și frustrare — ai sprâncenele apropiate, ții buzele strânse, te atingi pe nas —, dar nu văd semne de resentiment față de soțul tău, cum ar fi un colț al gurii ridicat disprețuitor. Așa că mă gândesc că ești frustrată și furioasă pe tine.

A început imediat să plângă în hohote. Când și-a putut trage un pic sufletul, a spus:

— Da, sunt furioasă că nu pot pur și simplu să funcționez. Încheieturile mele sunt imobile și am corpul înțepenit ca un robot. Sunt prea tânără ca să mă simt de

100 de ani. Pentru că nu există tratament care să vindece artrita reumatoidă, probabil că o să fie și mai rău, cu și mai multă durere și limitare. Nu sunt eu însămi acum și nici nu voi mai fi vreodată.

Cât ea a plâns, bărbatul a stat și s-a uitat la ea fără un cuvânt. N-a făcut nimic să o consoleze. Avea o privire încremenită, de căprioară surprinsă de lumina farurilor, de parcă s-ar fi descurcat numai când nevasta lui era activă și încrezătoare în sine. Poate că o mai văzuse disperată și înainte și nu știuse cum să reacționeze. În loc să intervină, probabil că s-a retras. Forțat să se confrunte cu vulnerabilitatea și angoasa ei, se simțea descumpănit.

Acum, discuțiile din fundal s-au schimbat radical: „Uau, toată vorbăria aia despre iubire și tipul n-a ridicat un deget, biata femeie..."

Sigur că nu l-am judecat și nu l-am criticat. Era un individ tipic cu chip de formă conică (Mountain). În schimb, am spus:

— Îți iubești soția, iar pentru tine asta înseamnă să o faci fericită și să empatizezi cu suferința ei.

— Da, așa este.

— Și-atunci de ce nu ajunge până la tine dorința ei de a vă muta undeva unde să-i fie mai ușor să țină gospodăria?

— Ba da, ajunge. Nu spun că nu se poate, dar sunt atât de multe decizii de luat. În primul rând, ca să ne mutăm de unde stăm acum, trebuie să lăcuim parchetul și să punem alt tapet. Apoi trebuie să găsim ceva fără scări. Într-un apartament, fără curte, am fi înghesuiți...

Și lista a continuat. Cineva cu chip conic opune adesea rezistență la schimbările majore. La un moment dat a trebuit să intervin, înainte ca numărul uriaș de variabile să-l copleșească. I-am spus:

— Amândoi sunteți bolnavi. Poate că o schimbare — o casă nouă — este exact ce aveți nevoie ca să vă vindecați. Va fi un nou început, o foaie albă de hârtie pe care să vă

scrieți noua poveste de viață. Să rămâneți unde sunteți acum menține aceleași tipare de gândire, inclusiv mentalitatea de oameni bolnavi. Să vă mutați ar putea fi un moment de cotitură.

În timp ce vorbeam cu el, soția începuse să zâmbească.

— Poate să fie un moment de cotitură în relația voastră. Voi doi va trebui să cooperați ca să alegeți altă locuință și să vă mutați. În acest proces veți avea șansa să vă redescoperiți, să vă recăpătați încrederea și poate să vă reaprindeți pasiunea. O veți lua de la zero, începând o altă viață împreună.

— A, păi, bine atunci, a zis el. Presupun că merită să reflectez la asta.

Era clar că trăgea de timp, așa că am spus:

— Timpul pentru reflecție a trecut. Tot întorci ideea pe toate părțile de ceva vreme. Cred că soția ta merită să știe dacă, da, vă mutați, sau dacă, nu, nu poți face asta.

A rămas tăcut o vreme. În cele din urmă, i-a spus soției sale:

— Bine, îți promit că o să încerc să ne mutăm.

— Promiți să încerci? Asta este doar o jumătate de promisiune, am intervenit.

A tăcut din nou, uitându-se în pământ, în timp ce ea îl fixa cu privirea. Chinuit, până la urmă, n-a putut să spună mai mult decât: „Promit să încerc".

Dar atmosfera devenise mai relaxată. Aparent, pentru ea era un progres faptul că primise o jumătate de promisiune, în locul unei litanii de obiecții. Emoția ei ascunsă, deblocată acum și transmisă prin microexpresii, a început să-l miște. Am făcut un prim pas să mutăm Muntele.

Interviul de angajare

Corporațiile îmi cer adesea să evaluez potențialii angajați, mai ales pentru poziții importante. Am o procedură

care-mi permite să evaluez persoana din timp, în funcție de gesturi și expresii. Mi-am făcut obiceiul de a întâlni candidatul pe culoar, eu având brațele pline de acte, dosare și un laptop. Când intrăm în lift, spun: „Am mâinile ocupate. Vreți să apăsați dvs. pe buton?"

Felul în care persoana respectivă face asta poate fi grăitor. Cei mai mulți oameni apasă pe buton cu degetul arătător, ceea ce nu oferă foarte multe informații. Dar dacă folosește degetul mare, care este cel mai puternic, este semnul unei personalități dominante, cineva căruia îi place să ducă lucrurile la bun sfârșit. Să apese repetat pe buton indică încordare.

Dacă apasă cu articulația degetului sau cu degetul mic, asta înseamnă timiditate. Poate sugera teamă de microbi, cu atât mai mult dacă persoana are mâinile libere și apasă pe buton cu cotul. Cei care se tem de bacterii e probabil să fie temători și în alte domenii ale vieții lor sau, în cel mai bun caz, în dezechilibru. Cei care apasă butonul cu degetul mijlociu sau inelar sunt individualiști și văd lumea în felul lor.

Bărbatul pe care o corporație elvețiană mi-a cerut să-l evaluez și-a folosit degetul arătător, așa că nu am obținut prea multe informații în avans. Întâlnirea cu directorul de resurse umane era, din câte mi-am dat seama, pasul final după o serie de interviuri. În biroul directorului, CV-ul candidatului și alte documente erau împrăștiate pe birou. M-am așezat lângă el ca să-l observ în timp ce el și directorul stăteau de vorbă.

Directorul era deosebit de interesat de unele dintre cursurile internaționale urmate de candidat și i-a spus:

— Educația ta este excelentă. Știu că aceste programe sunt riguroase, iar încheierea lor este o adevărată realizare.

— Da, a fost greu, dar și recompensele sunt pe măsură, a spus candidatul.

Părea relaxat și încrezător cât au discutat despre diverse cursuri, iar directorul a devenit tot mai interesat să afle mai multe, punându-i tot felul de întrebări: „Cine era atunci în facultate? Ai avut vreodată cursuri cu dr. Cutare? Care a fost reacția la cartea sa?" și așa mai departe.

Pe măsură ce întrebările au devenit tot mai specifice, candidatul a reușit să-și păstreze calmul. Dar a început să se frece pe nas cu degetul mare și arătătorul, trăgându-se ușor de nări. Acesta este un strigăt tacit de ajutor: „Mai slăbește-mă! Nu pot să respir. Am nevoie de aer". Este gestul unui bărbat strâns cu ușa.

Înainte să-l pot studia mai îndeaproape, a bătut la ușă secretara. Cât cei doi au avut un scurt dialog, candidatul s-a scuzat că merge la toaletă.

— Ceva nu-i în regulă, i-am spus directorului.

— Crezi? Pare că știe despre ce vorbește.

— Nu prea l-ai privit în ochi. Ai fost acaparat de discuție. Așa că, după ce se întoarce, continuă să-i pui astfel de întrebări, dar de astă dată uită-te direct la el.

Când bărbatul a revenit, directorul a reînceput, spunând: „Sunt foarte interesat de experiența ta și aș vrea să te întreb despre..."

Sub privirile cercetătoare ale directorului, candidatul a început să-și piardă calmul. S-a fâțâit pe scaun și a răspuns poticnit, în propoziții întrerupte. A continuat să se tragă de nas. Acum și directorul și-a dat seama că omul dădea din colț în colț. Poate că nu-și exagerase realizările, dar cu siguranță ceva nu era în regulă. Disconfortul lui tot mai mare și lipsa de sinceritate erau tulburătoare.

Până la urmă, compania a angajat pe altcineva. Interviul nostru nu a fost singurul motiv, dar a fost un factor important. Deși se poate să ne controlăm într-o anumită măsură expresiile, cei mai mulți dintre noi suntem niște mincinoși mai puțin eficienți decât ne imaginăm.

Trădătorul

Clienții corporatiști mă întreabă adesea, mai ales în Asia: „Ce mă așteaptă anul viitor? Ce pot face ca să am mai mult succes?" Răspunsul la toate acestea este, pentru noi toți, să trăim cât de autentic putem, într-un fel în care să ținem seama de propria personalitate.

Când știu că am clienți interesați de tradiție, precum și de stilurile contemporane de citire a feței, includ uneori hărțile și diagramele vechi, compilate de-a lungul secolelor de cărturarii chinezi. Una dintre ele este un calendar perpetuu al influențelor care guvernează fiecare an și care afectează diferit oamenii în funcție de caracteristicile lor personale. De exemplu, anumiți ani sunt asociați cu despărțirile, fie că tu ești cel care spune adio, fie că ești lăsat în urmă de ceva sau de cineva din viața ta; alții au legătură cu sănătatea, asta însemnând, în funcție de starea de sănătate a persoanei respective, ori că se vindecă de boală, ori că se luptă cu ea. Interpretarea felului în care simbolurile calendaristice ale anului — sau chiar ale oricăreia dintre luni — se aplică în cazul unei persoane necesită o formare specială care este dincolo de cadrele normale ale citirii feței.

Asemenea analize pot părea un fel de ghicire a viitorului și de aceea le ofer numai clienților care apreciază învățăturile ancestrale. Credibilitatea citirii feței ca artă și știință a fost câștigată cu greu. Dar, așa cum o arată povestea unuia dintre clienții mei, interpretările abile ale simbolurilor calendaristice pot fi o bază utilă pentru ce anume se citește pe față.

Clientul meu, unul dintre partenerii fondatori ai unei firme de capital, devenise CEO-ul acesteia. Când, prin luna noiembrie, am fost invitat să iau parte la întâlnirea lor corporativă, am fost inițial frapat de cât de implicați și de plini de entuziasm păreau partenerii. În discuția despre

un proiect important, cu toții aveau pe chip aceeași expresie, cu ochii fixați asupra celorlalți, complet implicați, cu excepția unuia singur, care-și pleca ochii, iar privirea sa aluneca apoi dintr-o parte în alta. Acesta nu era neapărat un semn rău. Indica o diferență de perspectivă care putea la fel de bine să fie ori în avantajul, ori în dezavantajul echipei de management. Totuși, văzând un partener care nu ține pasul cu ceilalți, mi-am făcut o notă mentală să fiu atent la el.

Din curiozitate — și pentru că știam că pe clientul meu îl va interesa mult —, am consultat și calendarul influențelor.

Simbolistica venea cu un avertisment: „La începutul anului următor, împăratul va fi trădat de un general".

Când i-am spus, clientul meu CEO a fost sceptic:

— Nu-mi vine a crede. Am încredere în partenerii mei. Nu suntem o corporație tipică în care să ne sabotăm unii pe alții. Împreună am pus bazele acestei companii, așa că ne aparține tuturor. Poate că interpretezi greșit semnele.

— Poate, i-am răspuns. Dar fii totuși precaut. Nu strică să ții ochii deschiși.

După câteva luni, m-a sunat:

— Ai avut dreptate! Se întâmplă. Unul dintre parteneri pleacă și încearcă să ia cu el și niște clienți importanți.

— E vorba de... — am rostit numele tipului cu capul plecat și ochii alunecoși.

— Da. Cum ai știut?

I-am dat câteva exemple de microexpresii suspecte, printre care și privirea alunecoasă pe care am observat-o prima dată, apoi i-am vorbit despre alt moment, când bărbatul respectiv a ținut o prezentare în fața celorlalți, cărora li s-a adresat fără să se conecteze vreodată cu ei prin contact vizual. Apoi i-am trimis clientului meu CEO un SMS cu o fotografie pe care le-o făcusem fondatorilor. El era în centru, iar ceilalți în jurul său. Cu toții se uitau în față

și zâmbeau deschis, cu excepția individului în chestiune, care rămăsese în spate. Cu un ochi se uita la aparatul foto, iar cu altul se vedea cum cercetează încăperea.

Sigur, acestea nu sunt semne certe că punea ceva la cale, dar pe tot parcursul acelei întâlniri era clar că individul era cu mintea în altă parte. Retrospectiv, cu mintea de pe urmă, dovezile îl indicau ca fiind vinovat.

— Ce-ar trebui să fac? m-a întrebat clientul.

Pentru că-i oferisem o citire completă, știam că acest CEO era un vizionar și un catalizator, un om de acțiune. Mai degrabă strateg, decât atent cu clienții, putea totuși să mobilizeze oamenii din jurul său. Așa că i-am spus:

— Dacă lupți singur, vei fi rănit. Adună-ți partenerii și organizați o apărare comună, ca să păstrați clienții pe care încearcă să-i ia cu el.

Mi-a ascultat sfatul și, cu ajutorul celorlalți, a reușit să păstreze majoritatea clienților mari. Trădătorul s-a ales cu destui cât să-și deschidă propria firmă, care nu și-a luat prea mare avânt. Pentru cei care studiază citirea feței, microexpresiile prezintă marea dificultate de a fi atât de schimbătoare. Chiar dacă sunt greu de interpretat, au și o forță extraordinară.

Capitolul 8
Drumul în viață

În capitolul 6 am vorbit despre importanța cunoașterii propriului Scop în viață, acele demersuri care stimulează potențialul personalității tale înnăscute. Dar, în afară de scop, mai avem și talente pe care suntem destinați sau meniți să ne folosim, pentru plăcere și împlinire deopotrivă. Cei care-și pot dedica un procent semnificativ din timpul lor cultivării talentelor pe care le au sau care au șansa de a se folosi de mare parte din multitudinea lor de talente tind să fie cei mai mulțumiți și mai fericiți.

În domeniul citirii feței, talentele cu care ne-am născut se numesc „destin", deși utilizez cu precauție acest cuvânt din cauza asocierii sale cu ghicirea viitorului. Pentru scopurile noastre, „destinul" înseamnă potențialul observabil, depistabil adesea nu numai pe baza trăsăturilor noastre fixe, ci și a indiciilor ca expresiile faciale și gesturile (discutate în capitolul 7), precum și pe baza trăsăturilor dobândite, cum sunt anumite linii faciale.

Câteva exemple de talente ce pot fi observate pe față sunt următoarele:

- Talentul pentru comunicare — o gură largă cu buze pline înseamnă multe lucruri, de la extravertire la o aplecare intuitivă, ce poate să includă și talentul de a fi o sursă de inspirație pentru alții, abilități de socializare și de exprimare de sine. O gură flexibilă

poate să creeze mesaje pe care să le transmită celorlalți, lucru util în domenii ca jurnalism, publicitate și relații publice.

- Talentul pentru cifre — un caroiaj de riduri pe frunte este semnul acestui talent, care poate să indice sau nu abilități matematice. Mai poate să însemne și o aplecare către orice demers metodic, structurat.
- Talent pentru observație — ochi mari cu pupile dilatate înseamnă calități de tip imaginație și creativitate. Dar mai înseamnă și capacitatea de a observa detalii care le-ar putea scăpa altora și de a evalua rapid situațiile, previzionând desfășurarea lor.

Mulți dintre noi nu avem șansa de a ne exprima talentele prin muncă. Dar se poate să ne împlinim destinul — adică să ne folosim de talentele înnăscute — în afara carierei, așa cum reiese și din situațiile povestite în acest capitol.

Măcelarul abătut

Un bărbat pe la vreo 60 de ani a venit să mă consulte, îndemnat de soția lui care participase la una dintre conferințele mele.

— Ea e de părere că mă poți ajuta, mi-a zis el. Sunt atât de deprimat. Merg la psihoterapie de cinci ani, dar nu prea mă ajută.

L-am întrebat care este situația de viață în care se găsește. Deși depresia are multe surse posibile, cititorii de fețe o pun în mod tradițional pe seama talentelor neîntrebuințate. Întrucât talentele noastre înnăscute ne definesc Scopul în viață, să le menținem blocate în interior ne face inevitabil să ne simțim frustrați și neîmpliniți.

Era măcelar de meserie, renumit într-o anumită regiune din Franța pentru cârnații pe care-i făcea.

— Afacerea îmi merge foarte bine, am deschis alte două măcelării și am doi fii nemaipomeniți care se ocupă de ele. O iubesc în continuare la nebunie pe nevastă-mea și-mi place casa frumoasă în care stăm. N-am niciun motiv să mă simt abătut, dar nu pot ieși din starea asta.

În timp ce vorbea, m-am uitat la mâinile sale să văd dacă veneau în contradicție cu impresia mea inițială despre chipul lui. O nepotrivire clară pe care o vedem uneori ne pune la dispoziție indicii despre cauza unei depresii ce ține de talentele nefolosite. Dar, în acest caz, mâinile și chipul lui erau relativ sincronizate. Măcelarul avea mâini de tip Pământ, mici și pătrățoase, cu degete groase de aceeași lungime ca și palma. Erau mâinile unui meșteșugar, cineva dăruit să le folosească — evident, o necesitate în meseria sa. Oamenii cu astfel de mâini mai tind și să fie onești, pragmatici, bine organizați, muncitori și ambițioși, deși probabil puțin cam insensibili și lipsiți de imaginație. Pentru mine însă, mâinile sunt doar o sursă de informații suplimentare, așa că i-am cercetat fața pentru informații mai pertinente.

Avea un chip cărnos, dar cu un nas mai mic decât te-ai aștepta, asta întărind etica muncii sale practice pe care o indicau mâinile. Nu era de mirare că avea succes în afaceri. Avea gura un pic mai largă decât media, cu buze pline și foarte bine definite. Acesta este un semn al creativității, pe care și-o exprima probabil adăugând mirodeniile și condimentele pentru care erau faimoși cârnații săi. Până aici părea că se folosește foarte bine de talentele sale.

Dar ochii și comportamentul său spuneau o cu totul altă poveste. Avea gene lungi și ochi mari, cu pupile dilatate, care semnifică delicatețe, compasiune și imaginație. Microexpresiile sale nu erau niciodată abrupte sau revendicative. Dimpotrivă, mușchii feței lui se mișcau concertat, asemenea unui val. Chiar și discursul său era cald și plin de culoare, fără tonul rece și eficient al unui om de afaceri. Trebuia să știu cum devenise măcelar, așa că l-am întrebat.

— Păi, tatăl meu era măcelar. Am crescut în măcelărie și, când am moștenit-o, am transformat-o mai mult într-un magazin de delicatese. Pare că am fler în afaceri.

— Așa este. Dar cred că ți-a fost greu să ucizi animale.

— O, da, de fiecare dată. Nu am reușit să mă obișnuiesc cu asta. Dar sunt fiu de măcelar și știu că cineva trebuie să facă și asta. Încerc să o fac cu milă.

— Acesta este unul dintre elementele depresiei tale. Însă un altul cred că ține de faptul că nimic din ceea ce faci nu este permanent. Pui suflet în crearea unor cârnați excelenți, delicioși, care oferă o plăcere de-o clipă și apoi dispar.

Nu-i puteam vedea destinul, bineînțeles, ci numai niște semne din loc în loc indicând o direcție. I-am spus:

— Ar putea să te ajute să creezi cu mâinile tale ceva frumos și durabil.

Aveam în minte imaginea unui sculptor, dăltuind un chip din piatră. M-a ascultat cu atenție și mi-a mulțumit.

După un timp am primit un e-mail în care-mi spunea că a scăpat, în sfârșit, de depresie. Fusese într-o călătorie în Sicilia care-l schimbase.

Pe când explora Catania alături de soția lui, au dat peste un atelier de ceramică, unde a fost fermecat de roata olarului. A întrebat dacă poate încerca și el și, din instinct, mâinile sale au știut să mânuiască și să modeleze lutul. Încântat să-și descopere acest talent, la revenirea în Franța a început să studieze olăritul. Într-un an și-a predat măcelăria fiilor săi și și-a deschis propriul atelier de olărit, stând la soare în curte și creând obiecte de ceramică pentru turiști.

„Sunt atât de fericit! Îndemnul tău că ar trebui să creez o frumusețe durabilă m-a atins profund. M-a inspirat să caut moduri de a face asta. Și acum, târziu în viață, mi-am descoperit în sfârșit îndeletnicirea de suflet", mi-a scris el.

Dentistul stresat

La Bangkok am cunoscut un dentist celebru, cu o clientelă de prim rang, care suferea de dureri de cap și de tulburări de dispoziție afectivă. La început am suspectat o problemă nutritivă, probabil o carență de magneziu, dată fiind agitația sa. Dar n-am depistat niciun semn de carență. Aparent bine hrănit, era și foarte aranjat, și foarte bine îmbrăcat — foarte bine în toate sensurile, după câte se părea.

Cercetându-i chipul, am fost surprins să constat că-i lipsea darul vindecării, ba chiar și talentul de a lucra cu mâinile. Am fost nevoit să-l întreb dacă-i place ceea ce face.

— Păi, nu e rău la job. Nu doar că duc o viață foarte confortabilă, dar m-am ales și cu niște prieteni realizați și fascinanți, o adevărată nișă în societate.

Îmi dădeam seama de ce cabinetul său era prosper. Avea un chip rotund și plin (Moon), cu „o gură ca o lună", care este largă și binevoitoare, dar cu buze foarte subțiri. Acestea sunt trăsăturile unui om de lume — gura, mai ales. Un om de lume căruia îi place să-i distreze pe ceilalți cu glume, și nu o persoană interesată de sentimente și de conectare emoțională. Mi-l puteam închipui cum își face pacienții să se relaxeze cu bancurile și anecdotele lui.

Dar avea ochii mici, cu pupile foarte mici, indicând o natură mai degrabă analitică, și nu empatia unui vindecător. Când râdea, nu se vedeau deloc gingiile, asta însemnând că nu era foarte generos. Cei cărora le pasă de alții au de regulă „linia responsabilității" în formă de U, care începe sub bărbie și se întinde până pe obraji. Asta înseamnă „sunt atât de preocupat de nevoile celorlalți, că adesea uit de mine". El nu avea nici urmă de o astfel de linie.

Mâinile dentistului mi-au întărit impresia lipsei de talent de vindecător. Avea palme mari și pătrățoase, cu linii adânci și degete lungi și fine. Acestea sunt niște mâini de tip Aer. Persoanele cu astfel de mâini sunt de regulă

în priză: vibrante, agitate, se plictisesc ușor. Le place să comunice, adesea cu gesturi animate, dar sunt mai degrabă logice, decât emoționale. De obicei, sunt mai interesate de cunoaștere decât alți oameni.

— Cred că ai devenit dentist prin puterea voinței. Ai un intelect puternic și aș zice că în munca ta cel mai mult te stimulează rezolvarea de probleme.

A fost de acord, recunoscând că familia a fost cea care l-a forțat să-și aleagă o profesie bănoasă. Era o plăcere pentru el să facă bani.

Asta se vedea și pe fața lui. Avea peste 40 de ani, iar chipul său era relativ neted, însă ridurile orizontale de pe frunte erau străbătute de o serie de riduri verticale vagi, dar distincte. Se forma un caroiaj, care este semnul caracteristic al talentului matematic. Persoanele cu un asemenea caroiaj, în special când e asociat cu niște ochi analitici

mici, cu pupile la fel de mici, tind să devină bancheri, brockeri sau consilieri financiari.

Deci era un fluture sociabil și un om al cifrelor. Ce însemna asta? Dintr-odată, m-a lovit o intuiție.

— Pun pariu că-ți plac jocurile de noroc.

— Da, îmi plac. Măcar o dată pe lună mă duc la Macau și joc — cărți, zaruri, ruletă, orice. Câștig mult, căci am sistemele mele, dar, chiar și când pierd, tot mă simt în elementul meu. Ar trebui să devin un jucător profesionist?

— Evident că nu, i-am spus. Îți place prea mult ca să-ți mențiii disciplina. Poate că ai nevoie de încă un domeniu de interes, folosindu-te de talentul tău de om de lume ca să creezi un cerc de prieteni pricepuți la cifre, oameni cu care să joci jocuri de noroc sau cu care să faci alte chestii matematice. Asta ți-ar putea ridica moralul, căci ți-ar da ceva de făcut când te saturi, te plictisești sau te enervezi la muncă. Ți-ar putea ameliora și durerile de cap.

— Hm... Ar putea fi distractiv. Poate că ar trebui să pun bazele unui club de investiții... O să mă gândesc.

Muzicianul

La o petrecere, a venit la mine un bărbat într-un costum scump, s-a prezentat și mi-a strâns mâna. Avea degetele atât de lungi și de subțiri încât, dacă nu ar fi fost ținuta lui conservatoare, l-aș fi luat drept pianist. Era perfect aranjat, bărbierit cu grijă și cu freza atent făcută, ceea ce-i întărea imaginea de mare director. Totuși, de aproape avea trăsături artistice: buze foarte pline și ochii pe jumătate închiși ai unui visător. Chipul său era o combinație de oval (Jade) și rotund (Moon), forma unui om de lume.

Dar indiciul cel mai interesant erau urechile sale, ce pot fi numite urechi de acordaj. Mulți muzicieni au astfel de urechi, care mai pot să indice și un fel de al șaselea

simț, o sensibilitate sporită față de ceilalți oameni și față de mediu.

Avea urechile foarte mici și acoperite cu un puf fin, argintiu, aproape invizibil, ca puful de piersică, așa cum se vede și la bebelușii. Cei mai mulți dintre noi ne pierdem acest puf în copilărie, dar câțiva, printre care și el, rămân cu ceva rămășițe. Puful era prezent pe interiorul și pe exteriorul urechii și chiar și pe lobi, aceștia din urmă fiind lipiți direct de maxilar, fără să atârne. Absența spațiului dintre lobi și maxilar este un alt semn de sensibilitate și, posibil, de tulburări ale dispoziției afective.

Stând de vorbă cu el, l-am întrebat:

— Cu ce te ocupi?

— Conduc un fond de investiții.

De la directorul unui fond de investiții te-ai aștepta să aibă niște trăsături ca gura secretoasă și fruntea brăzdată a unui om al cifrelor. În schimb, pe fruntea sa erau numai

două riduri, unul adânc și proeminent reprezentând aplecarea spre material și, deasupra lui, ridul unui ego puternic. Deasupra ochiului drept avea un rid semnificând instinctul, dar nu și deasupra ochiului stâng, unde s-ar vedea intuiția. Așa cum le spun clienților mei, linia instinctului e despre tine, iar linia intuiției e despre ceilalți. Niște instincte bune puteau să-i fie de ajutor în lumea finanțelor, dar lipsa intuiției putea să-i afecteze relațiile și, în cel mai rău caz, să-l facă foarte egoist. Sigur, acesta ar fi fost un plus pentru directorul unui fond de investiții.

Probabil că acest gând m-a făcut să zâmbesc puțin fără să-mi dau seama, căci m-a întrebat:

— E ceva amuzant în asta?

M-am scuzat, explicându-i că sunt cititor de fețe. A fost fascinat.

— Îți voi spune tot ce am observat la tine, i-am zis. Dar îmi faci hatârul de a-ți încreți fruntea?

Când a făcut-o, am putut vedea chiar la nivelul liniei părului niște fragmente foarte fine și întrerupte ale unei a treia linii, linia idealismului, a spiritualității și a creativității. Am înțeles că se străduia să-și dezvolte o conștiință mai înaltă. Linia sa materială adâncă, aflată cel mai jos pe frunte, indica o puternică legătură cu lucrurile lumești, inclusiv cu banii. Linia ego-ului, cea din mijloc, deși mai puțin proeminentă, sugera o identitate puternică și sentimentul că știe ce vrea. Acele bucățele de la linia părului puteau să însemne că făcea acte de caritate, că se ducea din când în când la biserică, că citea cărți de spiritualitate sau poate, date fiind celelalte semne pe care le-am observat, că începea să creeze ceva artistic.

— Asta fac! mi-a confirmat când i-am spus ce am descoperit. Compun foarte mult în ultima vreme. Traiul mi-l câștig din finanțe, dar am acasă un întreg studio de înregistrări, unde cânt la instrumente și fac muzică. Așa este! Muzica este adevărata mea pasiune.

Capitolul 9
Afaceri

Acest capitol ar putea fi numit „Drumul în viață: Partea a doua" căci se bazează masiv pe evaluarea talentelor, în măsura în care sunt puse la treabă (sau trecute cu vederea) în organizații. Capitolul „Drumul în viață" s-a concentrat pe împlinirea personală pe care indivizii reușesc să o obțină prin intermediul talentelor lor. Însă în lumea corporativă, unde ofer adesea consultanță, contează rezolvarea problemelor. Asta presupune un tip diferit de citire a feței, cu mai puțin accent pe chestiuni ca Scopul în viață și mai mult pe interacțiuni și reacții la situații. De regulă, nu am timp — și nici nu e necesar — să stau de vorbă cu oamenii o oră și jumătate ca să aflu totul despre ei. În schimb, îi analizez de multe ori în vreme ce ei își văd de treaba lor.

În cadrul acestui tip mai specializat de citire a feței, gesturile și expresiile faciale, în special microexpresiile involuntare, joacă un rol esențial. Deși acest tip de citire poate să pară mai superficial, nu este mai puțin complex, date fiind intervalul de timp, numărul de oameni de evaluat și tipurile de probleme implicate.

Puntea de legătură

Steve Jobs este renumit pentru afirmația sa: „N-are sens să angajezi oameni inteligenți și apoi să le spui ce să

facă. Noi angajăm oameni inteligenți ca să ne spună ei ce să facem".

Dar a ști când să recurgi la o astfel de abordare înțeleaptă poate fi dificil pentru un CEO precum clientul meu, care era la conducerea unei importante firme austrice de textile. Acesta mi-a spus:

— Nu ne îndeplinim obiectivele. Productivitatea este scăzută. Poate mă ajuți cu niște lămuriri.

— Pe cine dorești să am în vedere? Pe șefii de departamente?

— Poate. Poate că ar trebui să începi cu..., a spus el numind o persoană care s-a dovedit a avea un rol neobișnuit de punte de legătură între divizii.

Individul avea un chip rotund (Moon), care se corelează tipic cu niște abilități foarte bune de comunicare. Cei cu față rotundă tind să fie loiali și se feresc de rolurile de lider, prin urmare directorul general putea conta pe el să retransmită ordinele. Agreabili prin natura lor, cei cu chip rotund (Moon) sunt adesea diplomați și capabili să-i unească pe alții — una peste alta, niște calități bine-venite pentru un om de legătură.

Forma urechilor sale indica faptul că abilitățile sale diplomatice erau foarte puternice chiar și pentru cineva cu chip rotund. În loc să fie rotunjit, cartilajul exterior era mai degrabă triunghiular, cu vârful ușor ascuțit îndreptat spre partea din spate a capului. Bănuiesc că urechile ascuțite ale domnului Spock din *Star Trek* sunt o adaptare inconștientă a acestei forme, exagerată ca să pară de pe altă planetă și să sublinieze stilul de exprimare asociat cu personajul: imparțial, plin de tact și detașat emoțional.

Omul de legătură mai avea și multe riduri pe frunte, indicând și că se gândea tot timpul la ceva, și că interesele sale erau suficient de extinse, cât să-l facă foarte receptiv la ceilalți. Câteva riduri erau întrerupte, sugerând că nu dădea curs ideilor sale. Observându-l împreună cu diverși

manageri, părea că toți aceștia îl plac și-l respectă. Mare parte din munca lui consta mai degrabă în a transmite directivele șefului, decât în a rezolva probleme.

Totuși, prin rolul său interdepartamental, avea o poziție unică din care putea vedea dificultățile angajaților și putea formula soluții. Mi-a spus: „Anumite grupuri de aici, cum ar fi vânzările și marketingul, nu se sincronizează bine. Nu mă ascultă când le propun moduri de a-și coordona eforturile. Nu am autoritatea de a-i forța".

Mai târziu, când i-am transmis asta directorului general, mi-a zis:

— Deci are idei. De ce oamenii nu le pun în practică?

Am fost nevoit să-l întreb:

— L-ai ascultat vorbind despre ideile sale? E o achiziție foarte bună în firmă: se pricepe să adune informații și să conceapă strategii. Dar pleci urechea la recomandările lui? Le spui managerilor să le pună în practică?

— De ce nu l-aș asculta?

— Pentru că nu-l iei în serios. Ești un lider cu un chip regal (King), agresiv și hotărât. Conduci de sus în jos, folosindu-te de omul tău de legătură ca să transmiți directive, și nu ca să beneficiezi de abilitatea sa de a câștiga încrederea angajaților și de a-i ajuta în rezolvarea problemelor. El vine la tine, foarte prietenos și plin de idei, iar tu nu le iei în seamă. O faci cu delicatețe, fără să-i rănești sentimentele. Având un chip rotund, el nu are forța necesară să-ți impună să fii atent.

— Interesant...

— Între timp, știi că există probleme. Și-ți tot spui: „Avem nevoie de idei noi". Dar un om poate să aibă idei noi și să nu știe să le pună în practică. Asta este abilitatea ta, având un chip regal, să transformi strategia în acțiune. Ca să faci asta, ar trebui să-l asculți pe cel cu chip rotund, pe diplomat, care are cu angajații relații pe care tu, ca șef, nu le ai.

— Deci crezi că-i irosesc ideile.

— Așa pare.

Era exact greșeala pe care încerca să o prevină Steve Jobs, aceea de a angaja oameni inteligenți cărora să le spui ce să facă, în loc să fie invers.

I-am spus clientului meu:

— Ai angajat persoana potrivită. Nu pe cineva cu chip regal ca al tău și cu abilități ca ale tale, ci un individ care este exact opusul. Instinctul tău a mers drept la țintă.

— Ce ușurare! mi-a zis el râzând. Îmi dau seama acum că e treaba mea de om cu chip regal să profit de asta.

Mâna dreaptă

Un client care a pus bazele unei firme de tehnologie în Balcani avea probleme cu angajarea unei noi asistente executive. Avea nevoie de cineva care să se ocupe de treburile administrative, dar care să aibă și suficiente cunoștințe digitale cât să țină legătura cu clienții corporativi. Am fost surprins că îi era atât de greu să se decidă. Fiind un job bine plătit, am crezut că avea de unde alege. Dar fosta sa asistentă venise în firmă de la început, iar acum, după atâția ani, fiind nevoit să țină interviuri cu persoane necunoscute, se simțea pierdut.

Când am venit la el la birou, triase CV-urile și avea două mici teancuri. Mi-a spus:

— Aici sunt cele pe care le vom chema la interviu. În primul teanc sunt opțiunile cele mai bune, iar al doilea este de rezervă. Vrei să te uiți peste ele și să-mi zici cine ți se pare de excepție?

Mă întreba nu pentru că aș cunoaște lumea tehnologiei (nu o cunosc), ci pentru că, în unele țări europene, oamenii își pun fotografia în CV și spera să identific cei mai buni candidați uitându-mă la fotografiile lor.

În primul teanc erau doar trei sau patru CV-uri ale celor mai buni candidați, iar în al doilea, poate vreo șapte–opt. Răsfoindu-le, am observat că aplicantele din primul teanc erau mai în vârstă decât cele din al doilea. L-am întrebat:

— Sunt persoanele cele mai experimentate?

— Nu, toate sunt foarte calificate.

La o examinare mai atentă, am observat că majoritatea celor de rezervă aveau un aspect anume: ochi foarte expresivi și o gură largă, cu buze pline, proeminente. I-am zis:

— Acestea sunt cele comunicative. Ar fi atrăgătoare și probabil că s-ar pricepe să-i încânte pe clienți. Asta-ți dorești?

— Poate...

Am ieșit la masă, plănuind să începem interviurile a doua zi dimineață. La restaurant ne-am întâlnit cu soția lui. Ea avea un chip angular (Fire), foarte expresiv și animat. Avea ciudatul obicei de a-și duce mâinile la gură când mi se adresa și nu m-a privit niciodată în ochi. De mai multe ori în timpul mesei și-a aranjat părul cu mâinile, dându-i volum, de parcă încerca să pară mai mare. Având în vedere că persoanele cu chip angular pot fi copleșite de nesiguranță, am suspectat că se simțea luată în colimator. Poate că era neliniștită la gândul că întâlnea un cititor de fețe care i-ar putea interpreta expresiile.

M-am întrebat cum se înțelege cu soțul ei. El nu era un patron tipic de afacere, cu chip regal (King), ci avea un chip oval (Jade), fiind creativ și dornic de pace și armonie. Cei cu chip oval pot fi nehotărâți și probabil de aceea avea nevoie de ajutor în alegerea unei asistente. De asemenea, mai tind și să se teamă de critici, să se retragă din conflicte și să facă prea repede compromisuri.

După ce am mâncat, soția lui s-a retras și am putut să mai stăm de vorbă la un whisky.

— Cred că-mi dau seama care este problema ta cu angajările. Te temi de potențiala gelozie a soției tale. Așa că te tot răzgândești, alegând candidatele care par cele mai neamenințătoare, în loc să le alegi pe cele mai potrivite nevoilor tale. E evident că le-ai îndepărtat pe cele mai atractive.

— Ai pus punctul pe i, a recunoscut el. Cele mai în vârstă sunt bune, dar cele mai tinere sunt mult mai atrase de tehnologie. Au crescut cu electronice și, mai mult decât atât, sunt la curent cu ultimele tendințe. Așa că mă înnebunește luarea acestei decizii.

— Ce aștepți de la mine? Pot să observ candidatele intervievate și să o aleg pe cea mai bună dintre cele mai în vârstă. Pot să te ajut să alegi una mai tânără, pentru ca soția ta să dea vina pe mine. Dar am o idee mai bună care ar putea să facă pe toată lumea fericită.

— Ce idee?

— Vedem toate candidatele și alegem patru dintre cele mai bune. Apoi îi ceri soției tale să vină și ea la întâlnirea cu cele patru și să te ajute în luarea unei decizii finale.

— Dar dacă nu-i place de niciuna?

— Ar putea fi o problemă. Dar merită încercat.

După câteva zile m-a sunat și mi-a spus:

— N-o să-ți vină să crezi! I-au plăcut atât de mult două dintre cele mai tinere, că mi-a zis: „Alege tu". Și asta am făcut. Iar acum am o asistentă nouă.

— Felicitări!

— Am judecat-o greșit pe nevastă-mea. Mă așteptam să-și piardă răbdarea și să se opună când i-am cerut să mă ajute, dar de fapt a fost încântată. I-a plăcut să se implice. Așa că m-am ales și cu niște bunăvoință conjugală, și cu asistenta pe care o voiam.

Iată aici o lecție pentru noi toți: să nu te temi, așteptându-te din reflex la tot ce e mai rău din partea celor

dragi. Indiferent cât de bine sau de cât timp îi cunoaștem, oamenii pot oricând să ne surprindă.

Vampirul

Unii lideri din lumea afacerilor admit că propria lor personalitate poate afecta succesul companiei. De aceea noul CEO al unei firme de import-export din Kuala Lumpur m-a angajat în calitate de sfătuitor de taină. Timp de o săptămână, l-am urmat ca o umbră ca să-l ajut să-și sporească la maximum capacitatea de a-și inspira și de a-și motiva angajații. A stabilit o ședință cu managerii de top din firmă, ca să dea startul procesului nostru de evaluare.

La întâlnire s-a vorbit în dialectul malaez, pe care nu-l vorbesc, dar nu pe cuvinte pune accentul un cititor de fețe. Când clientul meu le-a vorbit celor 12 directori executivi — nouă bărbați și trei femei —, m-am uitat cu atenție la fața lui, căutând mai întâi semne de autenticitate. A părut autentic și entuziast. Dar în timp ce vorbea am surprins cu coada ochiului niște mâini care s-au întins peste masă după tava cu prăjituri.

Există un motiv pentru care la astfel de ședințe se servesc adesea produse de patiserie. Oamenii se simt puși sub lupă, temându-se că trebuie să intervină pe loc, așa că vor instinctiv să-și sporească nivelul de energie. Sau, dacă ședința nu se mai termină, oamenii mănâncă din plictiseală. Foarte interesant, aproape de fiecare dată subalternii, și nu șeful sunt cei care se întind după prăjituri. Șeful nu are nevoie de zahăr, pentru că atenția celor care-l ascultă îi sporește energia.

Dar în acest caz directorii nu doar că luau o gustare, ci înfulecau pateurile și gogoșile și dădeau pe gât cafeaua de parcă erau nemâncați de o săptămână. Când a venit

momentul să vorbească, nu și-au ridicat ochii din rapoarte și nu au făcut deloc contact vizual cu ceilalți sau cu șeful. Plutea în aer o frică paralizantă, dar nu frica lașă a celor care se așteaptă să fie aspru criticați sau concediați.

În sfârșit, a venit momentul pauzei. Pe culoar, clientul m-a luat deoparte să mă întrebe ce părere am. I-am spus:

— Cred că-ți intimidezi personalul. Nu pentru că ești un tiran, ci pentru că te admiră. Ei cred că ești un superstar și se tem să nu te dezamăgească sau nici măcar nu au curajul să stea față în față cu tine. Atenția pe care ți-o acordă este intensă, iar asta le consumă enorm de multă energie.

Am menționat felul în care s-au aruncat asupra prăjiturilor ca un roi de lăcuste. El abia dacă observase asta, fiind absorbit de prezentarea pe care o făcea.

— Au nevoie de zahăr ca să alimenteze această atenție intensă. Ești un vampir energetic, care-i lasă fără vlagă. Când vorbesc, se crispează nu pentru că se tem de reacția ta, ci pentru că nu au forța de a se conecta cu tine. Încearcă să-și păstreze picul de energie care le-a mai rămas.

— Ai văzut toate astea fără să ne vorbești limba? A fost atât de evident?

— Am văzut și am simțit, i-am zis.

Nu a fost aceeași situație ca în povestea despre „Vampirul energetic" din capitolul 5, în care instructorul de yoga le fura cursanților energia ca să-și hrănească ego-ul. În schimb, fără să-și dea seama, impresionantul șef atrăgea ca un magnet energia directorilor săi executivi și nu învățase cum să le-o redea.

— Ce-ar trebui să fac? m-a întrebat el. Nu vreau să-i storc pe oameni de energie sau să-i sperii. Încerc să construiesc o echipă.

Primul pas era destul de simplu.

— Te poți folosi de gesturi ca să le redai energia.

I-am arătat cum stătuse, cu mâinile strânse înaintea sa. Era o postură demnă, dar care făcea din el un sistem

închis, transmițând: „Nu dau nimic în afară. Absorb tot ce vine din afară".

— Când stai așa, consumi din energia altor oameni. Concentrarea lor intensă pare să se lovească de un zid. Dar, dacă deschizi pur și simplu mâinile când vorbești, separându-ți ușor degetele și expunându-ți palmele, începi subconștient să ridici povara de pe umerii lor. La început, s-ar putea să ți se pară fals sau nenatural, dar continuă să exersezi. Chiar și dacă o să-ți ridici încheieturile sau antebrațele de pe masă se va simți diferența.

A întins mâinile și a început să facă gesturi flexibile de închidere și deschidere.

— După ce stăpânești asta, încearcă din când în când să faci gesturi mai largi. Ca act conștient de bunăvoință, împarte din energia ta adoptând o postură mai puțin impozantă. Deschide brațele puțin mai mult și spune: „Hai să ne gândim împreună la această problemă. Știu că sunteți cu toții manageri buni, așa că vreau să vă aud ideile, chiar dacă par simpliste. Nicio idee nu este prea ieșită din comun ca să nu fie auzită".

— Să fie oare de fapt atât de ușor să-i aduci pe oameni de partea ta?

— Nu merită încercat? Managerii epuizați și timizi sunt niște stafii. Nu contribuie cu nimic.

A fost de acord. Și sunt încântat să afirm că, fie și în răstimpul scurt cât am stat acolo, a făcut progrese în revigorarea echipei sale.

Mama ocupată

O femeie daneză care a venit la cabinetul meu avea probabil cea mai agreabilă înfățișare pe care am văzut-o vreodată. Părul lung și blond îl purta împletit într-o coadă groasă și zburlită, care-i atârna peste umărul stâng. Pielea i

se încrețea la colțurile ochilor când zâmbea, dezvelindu-și gingiile — semn al unei naturi generoase. Avea mai multe riduri în formă de U care porneau de sub bărbie și ajungeau până pe fiecare obraz, semn că era atentă și afectuoasă, probabil excesiv. Un singur astfel de rid semnifică responsabilitate, dar mai multe multiplică tendința de a te îngriji de alții până în punctul în care te neglijezi pe tine.

Dacă era să-i ghicesc profesia la prima vedere, aș fi pariat că este educatoare sau asistentă medicală — și, foarte probabil, mamă. Era într-adevăr mama a doi copii școlari pe care-i creștea singură. Ca să poată avea grijă de ei, lucra ca directoare la departamentul de design grafic al unui muzeu. Mai existau și alți șefi de departamente — editorial, producție și manufactură —, toți răspunzând în fața directorului editorial al muzeului.

— În ce privește jobul din design, nu e rău deloc, mi-a spus ea. Creăm cataloagele pentru expoziții și alte chestii precum cărțile poștale și calendarele pentru magazinul de suvenire. Munca în sine poate fi un pic plicticoasă, dar ne ocupăm de imagini frumoase. Nu sunt nemulțumită, dar mă întreb dacă n-ar trebui să mă aștept la mai mult de la viață.

Totul la ea era orientat pe stânga, însemnând că este sub controlul părții drepte a creierului, adică partea emoțională, creativă și imaginativă. Avea părul împletit pe stânga, partea stângă a corpului era ușor aplecată în față spre mine și chiar dintele ei stâng din față era puțin ieșit în afară, încălecându-l pe cel drept. Dinții din față reflectă eul. Dintele drept din față, dacă este proeminent, indică importanța logicii și a lucrurilor materiale, pe când dacă este proeminent stângul, ca la ea, asta semnifică faptul că sentimentele sunt cele mai importante.

I-am pomenit de orientarea sa spre stânga, zicând:

— Îmi dau seama că ești foarte emoțională, caldă și generoasă.

— Da, așa este.

Mi-a mai spus și că, la aproape 40 de ani, era unul dintre cei mai în vârstă membri ai personalului editorial, coordonând o echipă de oameni care aveau puțin peste 20 de ani.

— Pun pariu că toată lumea se uită la tine ca la un model demn de urmat sau ca la o soră mai mare și că oamenii vin la tine să-ți povestească despre conflictele lor familiale, problemele de carieră și crizele romantice — toate, probleme ale tinerilor.

— O, da, părinții care-i controlează, iubirile pasionale, despărțirile dureroase. E greu să fii tânăr!

— Ai o inimă prea mare ca să refuzi pe cineva. Tinerii știu că-i vei accepta, vei avea grijă de ei, chiar îi vei iubi. Dar pentru tine cine joacă rolul acesta? Cine te înconjoară cu iubire?

— Familia mea din Danemarca, dar și copiii mei. Iubirea lor pentru mine este fără margini.

— Da, desigur, dar iubirea copiilor poate fi unidirecțională. Tu ești responsabilă pentru ei, iar ei nu pot avea grijă de tine. Pentru asta ai nevoie de iubirea unui adult. Probabil că și asta face parte dintre lucrurile care-ți lipsesc când îți dorești mai multe de la viață. Și cum rămâne cu munca creativă? Spui că jobul tău este oarecum satisfăcător, chiar dacă plicticos, dar scopurile pe care le urmezi nu sunt scopurile tale. Poate că „mai mult de la viață" înseamnă să-ți cultivi propriile proiecte artistice.

— Astfel de lucruri nu pot fi o prioritate pentru mine în acest moment. Nu am timp pentru mine.

— Asta e valabil, fără îndoială, în cazul tuturor mamelor cu job. Dar este cu atât mai greu pentru tine. Oamenii vin către tine pentru că, inconștient, își dau seama cât de generoasă ești din punct de vedere emoțional. Pentru tine este atât de natural să oferi, încât consideri că a primi și a crea sunt un lux, în timp ce pentru mulți dintre noi asta este practic definiția acelui „mai mult de la viață". Pentru

că mi-ai cerut sfatul, am o idee pentru tine. Să-ți faci timp pentru tine pare imposibil, dar există un avantaj în faptul că lucrezi cu tineri. Tu îi susții mult, de ce nu le ceri ajutorul? Poți stabili un orar prin rotație: o seară pe săptămână în care unul dintre ei să stea cu copiii tăi, iar acea seară să fie a ta, să ți-o petreci cum dorești. Să mergi la o întâlnire, să ieși în oraș cu prietenele, să începi să lucrezi la ceva. Ar fi un timp pentru tine, integrat în programul normal.

— Nu m-am gândit niciodată la asta. Copiii mei sunt înscriși în programe de afterschool, așa că nu fac decât să-i iau de-acolo după muncă. E greu să găsești persoane care să stea cu copiii.

— Ți-ai rezerva acest timp ca și cum ar fi un eveniment săptămânal. Cum și este, de fapt. Pentru tine, o seară fără responsabilitatea celorlalți este un eveniment major. Dacă oamenii tăi nu pot face asta, poate că au prieteni care ar fi interesați. Tinerii au mereu nevoie de bani. Ți-ar fi atât de ușor să creezi o rețea întreagă de babysitteri pe care să-i cunoști și în care să ai încredere, astfel încât să ai și tu parte de timp pentru tine o seară pe săptămână.

De multe ori, oamenii cei mai inteligenți scapă din vedere soluțiile cele mai evidente. Celor generoși, mai ales, le este greu să-și închipuie că sunt eliberați de constrângeri și să devină atenți, fie și numai pentru o seară, exclusiv la sine. Dar, așa cum i-am spus acestei mame ocupate, dacă vei continua să susții și să oferi fără refacerea propriilor resurse, în cele din urmă nu-ți va mai rămâne nimic. Poate că te simți împlinit pe moment, dar s-ar putea să nu ajungi niciodată la acel „mai mult de la viață" care chiar există.

O echipă fără spirit de echipă

Directorul general al unei firme de servicii financiare din Singapore m-a rugat să-l ajut să-și motiveze echipa.

— Nu știu ce se întâmplă cu ei, mi-a spus el. Oricât de mult i-aș împinge de la spate, i-aș peria și i-aș încuraja, nu-și îndeplinesc obiectivele. Sunt tentat să-i dau afară și să aduc oameni noi.

— Pare extrem.

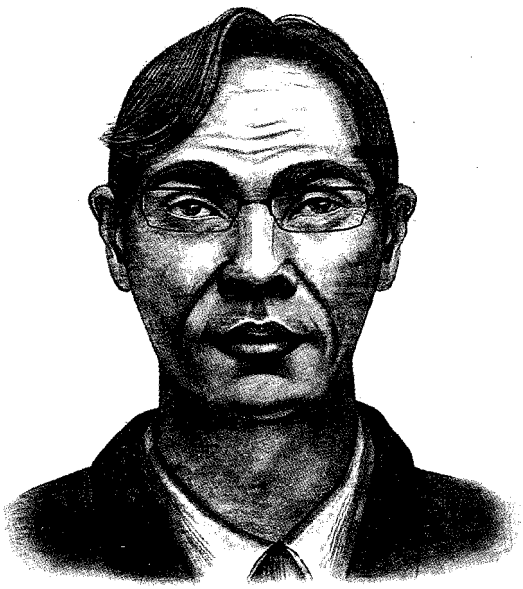
A râs:

— Glumesc... pe jumătate. Poate că tu îți vei putea da seama ce e cu ei.

Pentru început, am efectuat scurte citiri ale feței celor opt manageri principali, ca să le evaluez punctele forte și punctele slabe. N-am întrezărit niciun măr stricat în acest grup. Apoi am stat o zi să-i observ în acțiune. Toți cei opt mi s-au părut impresionant de inteligenți și de diligenți, deși nesiguri cu privire la prioritățile lor și un pic frustrați.

Directorul general m-a întrebat:

— Deci ce e în neregulă? Ce-i face să se pună în mișcare?



Am fost nevoit să-i spun:

— Nu cred că e de la ei. Mă tem că problema ești tu.

— Eu? Nu se poate! Am clădit această companie de la zero!

— Te cred. Dar e nevoie de alte abilități ca să-i faci pe alții să obțină rezultate.

A fost surprins când i-am spus că nu era menirea lui să fie la conducere.

— Ție îți place libertatea, ești creativ și impulsiv. Ai fler la oameni, așa că te pricepi să-ți alegi angajații. Dar ideile tale se pierd pe drum. Gândirea ta este prea complexă pentru ca echipa ta să o pună în practică. Nu știi să-i ghidezi și să-i susții.

— Ce te face să spui asta?

În primul rând, pe chipul lui nu erau elemente vizibile de tip regal (King). Poți avea abilități de lider și fără să ai chip regal, dar el avea un chip de tip angular (Fire), foarte determinat și pasionat. Întrucât putea să trezească zelul oamenilor cu entuziasmul său, credea că este lider. Dar un lider adevărat nu face doar să-și motiveze trupele. Înainte de a le trimite pe câmpul de luptă, un lider le prezintă o strategie și le arată pașii de urmat pentru împlinirea acelei viziuni. În mesajul său vibrant sunt și niște obiective concrete.

Clientul meu era suficient de vizionar pentru a conduce o companie, dar prea centrat pe „imaginea de ansamblu" ca să-și detalieze ideile în fața celorlalți. Fruntea sa foarte înaltă era brăzdată de multe riduri drepte și neîntrerupte, conotând nu doar reflexivitate, ci și parcurgerea unei idei de la un cap la altul în mintea sa, prea rapid pentru ca echipa sa să-l poată urmări. Avea gura alungită, dar cu buzele țuguiate la mijloc, tipic în cazul unui păzitor de secrete, nu al unui comunicator. Nasul său mare avea nările largi. Asemenea nări transmit nevoia de a respira, dorința de spațiu și lipsa de răbdare în hățișurile rutinei. Chiar și

părul său ondulat și urechile ale căror vârfuri depășeau linia ochilor indicau înclinația către inovație, nu către strategia corporatistă.

— Ce-aș putea face diferit? m-a întrebat el.

— Nu cred că ai vrea să te comporți diferit. Uzura managementului de zi cu zi o să te lase plictisit și resentimentar. Îi poți face față, dar cred că ai face mai bine să angajezi un director executiv, cineva mai priceput la oferirea de îndrumări și la stabilirea de obiective. Sunt foarte mulți oameni care excelează în acest sens. Mai mult sistematizează decât să creeze, iar asta este o abilitate în sine. Ai avut inteligența necesară să angajezi oameni muncitori, oameni care-ți pot pune în practică viziunea, dar care nu știu de unde să o apuce fără un șef care să-i organizeze. Iar acel șef pur și simplu nu ești tu.

— Hm. Zi mai departe!

— De ce să te forțezi să-ți bați capul cu proceduri concrete? Gândește-te la ce-ți place cel mai mult să faci. Să te extinzi pe alte piețe? Să concepi noi direcții pentru clienți? Să contribui la inovații în domenii deja stabile? Cu ce realizare te-ai mândri cel mai mult? Nu pe asta ar trebui să te concentrezi?

— Păi...

— Este compania ta, așa că poți face ce dorești. N-ar trebui să faci acea activitate care-ți place?

— Înțeleg ce vrei să spui, a admis el.

— Hai să fim sinceri: nu ești genul de om care să încapă între patru pereți — nici măcar dacă sunt pereții biroului de director general.

Capitolul 10
Sănătate

De-a lungul a mii de ani, citirea feței a fost utilizată ca metodă de diagnostic. În capitolul 3 merg înapoi pe firul evoluției până la Hipocrate, unul dintre primii care au tratat boala ca pe o tulburare fizică, și nu ca pe o afectare spirituală. „Diagrama feței" este de mult timp o metodă importantă de diagnostic în India, unde continuă tradiția, veche de 5 000 de ani, a Ayurveda, și în China, unde rămâne unul dintre cei Patru Piloni de Diagnostic din Medicina Tradițională Chineză (MTC). În diagnosticarea chineză este deosebit de important studiul limbii.

În MTC există imagini grafice — iar în prezent chiar și aplicații — care arată ce zone de pe față sunt legate de anumite organe interne. Aceste imagini grafice pot să varieze în funcție de anumite școli din Medicina Tradițională Chineză. Modificările de culoare sau de textură ale pielii dintr-o anumită zonă pot să indice un dezechilibru la nivelul sistemelor organice asociate. În prezent, oamenii de știință chinezi fac analize computerizate ca să evalueze dacă modificările de culoare ale feței chiar corespund diagnosticelor tradiționale. O practică veche de 3 000 de ani s-a catapultat în era digitală.

Evident, este nevoie de ani întregi de studiu pentru a stăpâni metodele de diagnostic ale MTC. Nu sunt specialist în MTC, dar mă bazez pe diversele tradiții de citire a feței pe care le-am învățat. Secțiunea „Chipul sănătății" din

Partea a III-a, „Ghid de citire a feței", pune la dispoziție o diagramă a feței și descrie unele dintre afecțiunile detectabile pe față.

Unul dintre avertismentele pe care le dau întotdeauna clienților mei este „Ferește-te de automedicație!" Le recomand clienților mei să consulte specialiști calificați, cu precădere practicanți ai medicinei integrative, care se bazează și pe metodele convenționale, și pe cele alternative.

Ochii verzi

Pe maestrul meu german l-am cunoscut pe când studiam nutriția, sperând să-mi vindec gravele probleme de sănătate pe care le aveam. Așa cum am spus în capitolul 2, a fost un imens salt în gol pentru mine să devin discipolul lui, căci m-a avertizat: „Eric, o să te coste sistemul tău de convingeri".

Bineînțeles, acel an și jumătate pe care l-am petrecut alături de el mi-a schimbat — în bine — sistemul de convingeri. Dar trebuie să mărturisesc că m-am îmbufnat un pic când mi-a cerut să renunț și la ultima urmă de vanitate pe care o mai aveam.

Ani de-a rândul, femeile cu care m-am întâlnit mi-au spus că aveam niște ochi verzi foarte frumoși. Eram chiar mândru de ei, considerând că sunt foarte neobișnuiți și poate chiar trăsătura mea specială. Așa că, atunci când maestrul le-a spus celorlalți discipoli că „Eric are niște ochi verzi plini de forță", am fost flatat.

— Vă mulțumesc, i-am zis.

— Nu este un compliment, mi-a răspuns el. E un semn că ai prea multă aciditate în organism.

Poftim? Maestrul mi-a explicat că ochii autentic verzi sunt rari și că, foarte interesant, apar mai rar la bărbați decât la femei. Faptul că m-am născut cu ei nu este un

semn de boală, însă își dădea seama că, în mod natural, ochii mei sunt albaștri. Poate că așa a fost în copilărie, dar habar nu aveam când s-a schimbat culoarea și nici că era posibilă o astfel de schimbare. Studiile de cercetare mi-au arătat că stări precum sarcina, trauma și acțiunea virusurilor — chiar și îmbătrânirea — pot să modifice culoarea ochilor. Prin urmare, e cert că este o schimbare fizică demnă de atenție. În cazul meu, problema era chimia din organism.

Știința convențională nu acceptă întru totul acest concept, dar există multe mistere pe care aceasta nu le poate explica. De exemplu, una dintre întâmplările foarte răspândite este aceea a medicului Ian Crozier căruia, în timpul tratamentului pentru Ebola, virusul i s-a cuibărit într-unul dintre ochi, acesta devenind verde. Când și-a revenit în sfârșit, ochiul său a redevenit albastru — un miracol din perspectiva medicinei occidentale. Pentru mine, ochii verzi sunt un semn că organismul meu e slăbit și are nevoie de susținere prin comportament și alimentație.

Din punct de vedere comportamental, întrucât știu că sunt vulnerabil la stres, fac în mod conștient lucruri care să-mi redea echilibrul când ochii mei arată verzi. Rezist tentației de a munci excesiv și activității fizice excesive, precum și, foarte important, resping anumite obiceiuri mentale, ca gândirea negativă și ruminația, care contribuie la apariția acidității.

Cât despre mâncare și băuturi, evit alcoolul și cafeaua (marea mea ispită), precum și zahărul, prăjelile și altele asemenea. Când arăt *acidic*, mănânc „curat". Cu ajutorul unei nutriții adecvate, organele noastre se detoxifică natural, deși nu strică să le ajutăm din când în când adăugând un pic de spirulină, chlorella sau ghimbir într-un smoothie. O dată sau de două ori pe an, pot chiar să-mi iau două săptămâni în care să fac o detoxificare propriu-zisă, pe baza unei alimentații stricte. Acestea sunt practicile

mele personale, care s-ar putea să nu ajute pe cineva cu o altă chimie internă.

Modificarea de culoare este un semnal de avertizare ieșit din comun și dramatic, dar ochii semnalizează chiar și schimbări uzuale ale chimiei din organism. Uită-te la ochii cuiva care vrea să se îmbete — sclipesc pe măsură ce persoana respectivă se alcoolizează. Dar a doua zi, în ghearele mahmurelii, ochii acelei persoane sunt terni, de parcă ar fi căzut peste ei un văl cenușiu. Anii de consum masiv de alcool sau de medicamente se vor reflecta în ochi, la fel și orice traumă, simțită pe propria piele sau aplicată altcuiva, cum ar fi abuzul fizic.

Deoarece ochii sunt atât de direct legați de creier, constituie un bun barometru al stării de bine. Observă-ți propriii ochi și remarcă-le schimbările. Dacă au o nuanță cenușie, dacă te mănâncă, dacă sclerotica (partea albă) suferă modificări de culoare sau dacă e străbătută de vase roșii de sânge, s-ar putea să ai un dezechilibru. Merită să te gândești ce se petrece și cum să-ți recapeți echilibrul.

Când eram în formare, maestrul meu era dureros de sincer în observațiile sale privind defectele discipolilor săi. Mie îmi spunea: „Eric, tu ești sarcastic. Uneori pari cinic și arogant".

Puteam să fac față acestor critici, care m-au ajutat să-mi depășesc aspectele mai puțin atrăgătoare ale personalității. Dar a existat o critică pe care nu am putut să o suport. După ce a remarcat culoarea ochilor mei, maestrului meu i s-au părut serbezi: „Ochii tăi nu mai strălucesc".

Acesta mi se pare cel mai rău lucru pe care-l poate spune vreodată un cititor de fețe. Înseamnă că imaginația, inspirația și motivația ta, precum și starea de sănătate sunt în declin — că ești epuizat spiritual. Când ochii mei au început să strălucească din nou, am știut că demarase procesul de vindecare fizică și emoțională.

Testul de aciditate

Eram cu un prieten la Londra și ni s-a făcut poftă de pizza. Cineva ne-a îndrumat către un local bun. Era micuț, fiind condus de o familie de sicilieni care aveau o fată la vreo 20 și ceva de ani. Și-ar fi arătat mai bine vârsta dacă nu ar fi avut un chip conic (Mountain). Având formă de pară, cu fruntea mai îngustă decât maxilarul, acest tip de față se îngustează începând din dreptul nasului. Un chip conic este neobișnuit la femei și rar în cazul unei femei atât de tinere.

Când ne-a luat comanda, am putut auzi că părinții ei se certau în bucătărie. Pentru că vorbeau în italiană, n-am putut înțelege cuvintele, dar furia lor era evidentă. Pe chipul ei nu s-a văzut nicio reacție — nu a început să-și ceară scuze, nu și-a dat ochii peste cap și nici măcar nu a zâmbit ca modalitate de a luat act de situația tulbure. Când le-a dat bilețelul cu comanda, i-am auzit țipând la ea, dar când ne-a adus mâncarea a fost impasibilă.

Din fericire, cearta s-a atenuant suficient ca să mâncăm cât de cât în liniște. Când am plecat, am văzut-o afară, cocoțată pe o băncuță, fumând o țigară.

— De unde sunteți? ne-a întrebat.

Cât a discutat cu prietenul meu, am avut ocazia să o cercetez îndeaproape. Aproape că nu i se mai vedeau ochii de sub tușul negru și îngroșat. Dar am putut vedea că avea pungi mari sub ochi, ca și cum ar fi plâns sau ar fi petrecut toată noaptea. Când astfel de pungi sub ochi persistă, arată că rinichii sau vezica urinară nu reușesc să prevină acumularea de lichide. Mai avea mici umflături și în partea stângă și dreaptă a buzei de jos, asta sugerând o disfuncție biliară. Colțurile gurii erau îndreptate în jos, confirmând ceea ce aveam deja motive să bănuiesc: că era foarte nefericită. Am întrebat-o:

— De ce lucrezi aici? Pare dificil.

— Părinții au nevoie de sprijinul meu.

— Au nevoie sau se așteaptă pur și simplu să-l primească? Localul pare suficient de mic cât să se descurce și singuri.

A fost de acord și a continuat:

— Sunt ambițioasă. Fac economii ca să merg la facultate. E greu să faci mulți bani într-un restaurant atât de mic, dar mă gândesc că o să rezist.

Iată o afirmație tipică pentru o persoană cu chip conic (Mountain). Aceasta o ia mereu pe „calea cea lungă", cum le place să spună cititorilor chinezi de fețe. Sunt cu ochii pe viitor, nu pe prezent, așa că amână diverse lucruri și au un start mai greu în viață. I-am explicat ce este citirea feței și calitățile chipului pe care îl are.

— Ai anduranța și răbdarea de a rezista, dar te costă din punct de vedere fizic. În mod normal, în special la vârsta ta, organele de detoxificare ca rinichii și bila elimină aciditatea din organism, însă tu o acumulezi. Văd asta pe fața ta.

I-am indicat două alunițe pe care le-am zărit deasupra sprâncenelor ei.

— Aceste alunițe, una pe stânga și una pe dreapta, sunt ochii tăi secunzi. Îți fardezi ochii cu negru ca să le maschezi expresia, dar și ca să te faci că nu recunoști ce vezi. Faptul că ai și ochi secunzi înseamnă că ești intuitivă și empatică. Ești un burete care absoarbe emoții și mai ales conflictul dintre părinții tăi. Nu poți recunoaște că te afectează foarte mult. Acestea sunt emoțiile care îți provoacă aciditate.

M-a ascultat cu atenție.

— Poate că ești destinată să o iei pe calea mai lungă, dar nu trebuie să faci asta de fiecare dată. Dacă o iei pe calea mai lungă lucrând într-un loc mai bun, măcar ai șansa să ajungi la destinație. Cu cât amâni mai mult, având un chip conic, cu atât e mai puțin probabil să faci vreun progres.

Începusem deja să mă gândesc că-i bag pe gât unei necunoscute niște sfaturi necerute. Dar am fost atât de atins de sentimentul că era blocată — și că, poate, în felul tipic celor cu chip conic, nu făcea decât să tragă de timp, în loc să se elibereze —, încât am simțit că trebuie să-i vorbesc. A părut că apreciază și că este recunoscătoare. Încă mă mai întreb unde o fi ajuns.

Secretul agresorului

Pe când eram discipolul maestrului meu german, mi-am recuperat starea de sănătate, dar a durat o vreme până să capăt disciplina de a le face față scepticilor. Nu sunt mândru de această întâmplare, dar a fost o greșeală instructivă, plină de semnificație.

La un târg de sănătate unde efectuam citiri, un bărbat și-a făcut nerăbdător drum prin mulțime până la masa mea, urmat de soția lui, ce arăta stânjenită. În Germania toată lumea râde când îl descriu ca pe un adevărat Schwarzenegger. Este știut acest profil: masiv, arogant, beligerant și dornic să intimideze bărbații ca mine, mult mai mici decât el.

— Nu cred în prostia asta, mi-a zis, dar ai impresionat-o pe nevastă-mea și vreau să-i dovedesc că greșește. Dacă ești atât de bun, hai să vedem dacă poți descoperi singura problemă pe care o am.

Glasul lui tunător a atras o mână de privitori, ceea ce mi-a făcut treaba și mai grea. Dorind să mă concentrez, am aprins lampa și am îndreptat-o către chipul lui. Primul lucru pe care l-am observat a fost bărbia lui, care era roșie și brăzdată de vase vizibile de sânge. Mai avea și un rid orizontal adânc la limita dintre bărbie și buza de jos. Și acesta era foarte roșu, semn de inflamație.

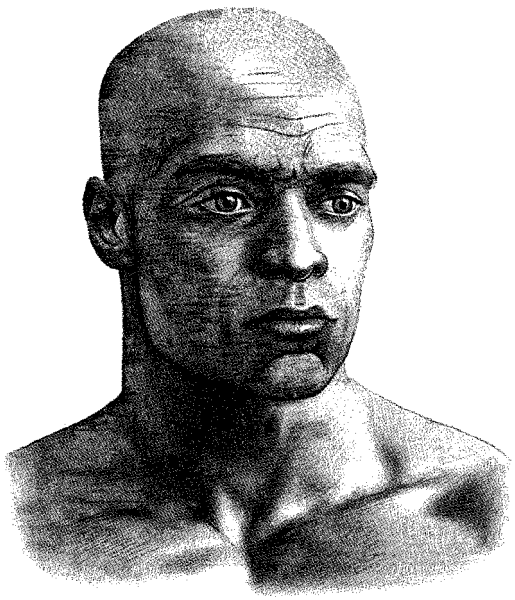
Această parte a feței sale avea legătură cu partea inferioară a corpului, în special colonul, dar el nu suferea ca un om care simte că ia foc pe dinăuntru. Așa că am tras concluzia că individul avea hemoroizi de multă vreme. Hemoroizii unui introvertit pot să sângereze intern și să fie mai greu de detectat. Dar în cazul cuiva atât de vocal eram sigur că sângerau în afară, provocându-i probabil destul de multă durere.

— Deci? m-a provocat el.

— Dacă aș avea niște hemoroizi atât de mari ca ai tăi și care să-mi sângereze, probabil că aș fi la fel de agresiv.

Spectatorii au râs și câțiva chiar au aplaudat. S-a avântat printre ei și a plecat cu coada între picioare, în timp ce nevasta îl dojenea: „Vezi! Ți-am spus că se pricepe!"

Pentru o vreme m-am simțit triumfător. Aveam o superputere nouă care avea efect — îl punea pe Goliat la locul



lui. Dar pe drumul spre casă a trebuit să recunosc: „Eric, urât din partea ta!" Ar fi trebuit să fiu empatic și să-i spun tipului: „Văd care este problema, dar haide să o discutăm în particular". În schimb, l-am făcut de râs ca să-l pedepsesc pentru aroganța sa și, recunosc, ca să mă dau mare.

Maestrul meu mă prevenise să evit astfel de situații. „Dacă un sceptic este curios, poți încerca să-l convingi. Dar, dacă e agresiv, lasă-l în plata Domnului! Nu-i accepta provocarea nici măcar dacă ești sigur că vei câștiga. Nu va recunoaște că a pierdut și câștigul tău s-ar putea să aibă un preț. Nimeni nu iese victorios dintr-un joc de putere."

Transformasem o provocare într-un joc de putere. Îmi trădasem talentul, folosindu-mă de el nu ca să ofer recomandări, ci ca să-mi gâdil orgoliul. Ce obținusem în afară de câteva râsete? Nu un sceptic convertit sau umila satisfacție de a-l fi ajutat. Prin urmare, câștigând, am pierdut.

A fost o lecție plină de forță.

Sistemul de susținere

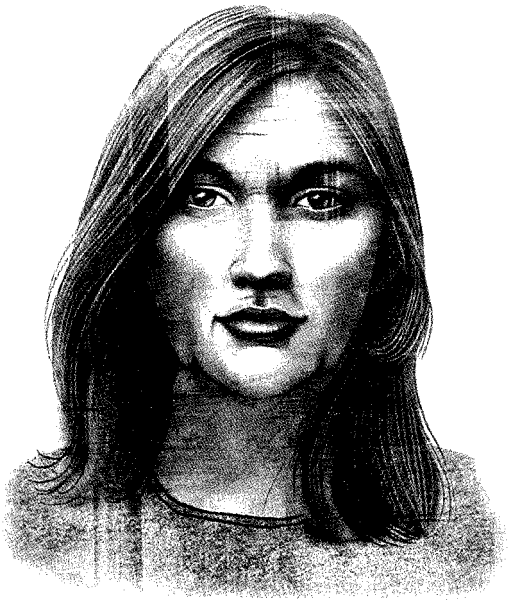
Coloana vertebrală este la propriu sistemul de susținere al corpului. Ne menține în poziție dreaptă și ne permite efectuarea de mișcări flexibile. Adăpostește măduva spinării, mănunchiul de fibre nervoase ce transmite mesaje la și de la creier și care se ramifică pentru controlul funcțiilor corporale. Deoarece coloana vertebrală are atât de multe roluri diferite și importante, nu este surprinzător că mulți oameni suferă de dureri de spate, care pot fi greu de diagnosticat sau de vindecat. Adesea, ei recurg la analgezice, care vin cu propria lor serie de probleme.

O femeie din Olanda, având pe la vreo 30 și ceva de ani, a venit să mă consulte legat de durerile sale de spate, misterioase și foarte deranjante. Consultase o grămadă de

medici și avea o baterie de teste imagistice. Când rezultatele i-au ieșit negative, tot ce i-au putut recomanda medicii a fost masajul, care îi era de ajutor, dar efectele sale nu durau. M-a întrebat:

— Poți vedea ceva? Vreo problemă care poate că le-a scăpat medicilor?

Pe chipul ei se vedea marcajul obișnuit al durerii de spate, riduri peste puntea nazală. Cu cât sunt mai sus, cu atât mai sus se găsește și problema. Dar mai avea și un rid orizontal între nas și buza de sus. Asta înseamnă o mare tristețe, însă a trebuit să îl interpretez în lumina celorlalți factori pe care-i vedeam: nu doar ridurile de pe puntea nazală, ci și fălcile căzute, prea mult pentru cineva de vârsta ei, indicând probleme la nivelul țesutului conjunctiv al feței. Confirmarea finală a venit de la culoarea chipului său. Avea tenul palid, dar cu o nuanță cenușie. I-am spus:



— Pare că ai o carență gravă de calciu. Atât de mare, că mă tem să nu ai osteoporoză.

— Poftim? Credeam că trebuie să fii în vârstă ca să ai așa ceva!

E neobișnuit ca o femeie tânără să aibă osteoporoză și probabil de aceea medicii nu s-au gândit să-i facă analize în acest sens. I-am recomandat să facă un test de densitate osoasă.

Testul de densitate osoasă a confirmat că avea osteoporoză și a început un tratament și o serie de exerciții fizice. Mi-a spus:

— Îmi recapăt în sfârșit mobilitatea. Am un nou suflu de viață.

Toată greutatea lumii

Majoritatea bărbaților iau prima dată contact cu citirea feței într-un context de afaceri, când ofer consultanță corporațiilor. Altfel, bărbații care vin la mine tind să fie trimiși de femei. Așa că am fost surprins când un bărbat de peste 50 de ani care părea să aibă o funcție de conducere și-a făcut apariția fără programare, spunându-mi:

— Am văzut reclama la ușă și mă întreb dacă mă poți ajuta.

Nu mi-a spus de ce avea nevoie de ajutor, așa că am presupus că avea dureri fizice. În primul rând, ridurile de pe puntea nazală, sugerând că-l durea spatele, erau foarte roșii, indicând o problemă activă. Avea o postură ciudată, căci părea să aibă o mobilitate limitată la umărul stâng. Pupila sa dreaptă era mică, indicând o natură analitică, dar cea stângă era imensă.

— Ai dureri de spate ce radiază din umărul stâng, întărite de emoția puternică, ce poate aduce chiar a suferință, reflectată de pupila ta stângă dilatată.

— Uau, ai dreptate! Din când în când am dureri incredibil de mari în umărul stâng. Am făcut radiografie, teste de densitate osoasă — toate testele posibile — și totul arată normal. Masajele și alifiile mă ajută, dar nimic nu rezolvă problema.

— Ce duci pe partea stângă?

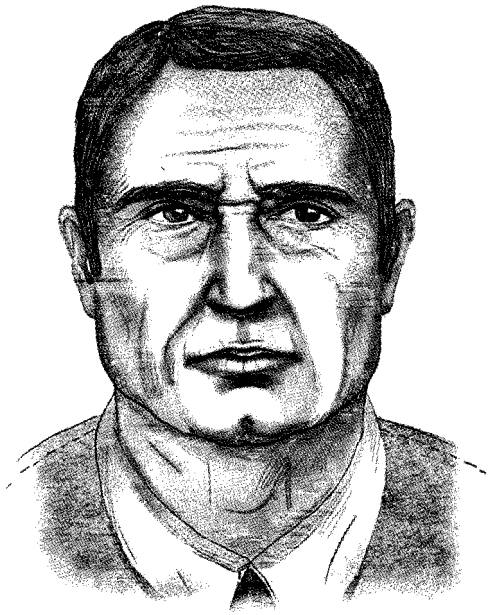
— Nu umblu cu rucsac sau altceva de acest gen.

— Mă refer emoțional. Partea stângă, a inimii, guvernează emoțiile și sentimentele.

— Am fost mereu cel care oferă, mi-a spus el.

Era al doilea dintre cei patru fii ai unui tată retras, distant. Fratele mai mare nefiind de încredere, el a fost cel care a cărat întreaga povară emoțională a familiei. S-a căsătorit și a făcut un copil cu o femeie agitată, dependentă.

— Dar, de când a murit tata, mama se așteaptă să-i țin de urât și să mă ocup de treburile și de finanțele ei. Soția



mea detestă aceste solicitări, căci copilul nostru e mare și a plecat de-acasă, iar ea se simte singură și abandonată. Nu s-au plăcut niciodată ele două, dar acum sunt într-o concurență acerbă, în care nevastă-mea o numește pe mama o manipulatoare abuzivă, iar mama spune despre nevastă-mea că mă controlează și că se agață de mine. Poate că e un sâmbure de adevăr în spusele lor, dar nu suport să fiu la mijloc în acest conflict.

— Așa că încerci să le faci amândurora pe plac, ceea ce este imposibil.

— Of, da! Dar ce-ar trebui să fac?

Evident că nu-l puteam ajuta să se decidă între mama și soția lui. Dar i-am pus la dispoziție o strategie pe care am învățat-o de la maestrul meu chinez. Stăteam la maestrul meu în bucătărie, unde era centrul său de comandă, când a venit pe neașteptate un bărbat de vreo 20 de ani. Maestrul l-a întrebat:

— Ești următorul meu client?

— Da, i-a răspuns bărbatul cu respect.

Dar maestrul nu a fost impresionat. Arătând spre ușă, i-a zis:

— Haide, ieși! Ieși!

A fost nepoliticos chiar și din partea unui maestru chinez arogant. Bărbatul a plecat șocat. Deja nu mai eram discipolul său, așa că l-am putut întreba:

— Ce-ai avut cu el? De ce te-ai purtat atât de tiranic și l-ai dat afară?

— Du-te și citește-l tu dacă vrei să-ți irosești energia, mi-a spus maestrul.

Identificase cumva că individul nu merita efortul — era prea imatur sau nu avea să înțeleagă exact ori să respecte ce i s-ar spune. Nedumerit de respingerea sa, m-am întrebat dacă nu cumva maestrul, pierzându-și din energie la vârsta sa înaintată, își rezerva talentul pentru cei care să-l poată aprecia cu adevărat.

M-a mai frapat și faptul că acel client respins chiar a avut de câștigat de pe urma respingerii. Se va întreba: „Ce-i în neregulă cu mine? De ce m-a tratat așa?" Asta îl va pune pe gânduri ca să încerce să-și înțeleagă și să acționeze să-și depășească neajunsurile detectate de maestru. Practic, fusese evaluat de un mare maestru, una dintre cele mai proeminente autorități în citirea feței din Hong Kong, fără să dea vreun ban.

E o lecție în această poveste, i-am spus clientului meu. Alungând pe cineva care l-ar fi putut stoarce de energie, maestrul a scăpat de povara de a-și demonstra valoarea în fața clientului. Dacă ar fi explicat de ce l-a respins pe acel bărbat, s-ar fi ales cu o ceartă — „Nu sunt prea tânăr! Voi înțelege!" — și poate că ar fi fost nevoit să efectueze citirea cuiva care acum îl detesta, făcând consumul de energie și mai mare.

— Cele două te storc de energie fără să investească în tine iubirea lor. Nu le pasă cât de mult te străduiești să le faci pe plac. Orice formă de atenție pe care i-o oferi uneia devine o armă împotriva celeilalte. Fă exact invers. Retrage-te pur și simplu și refuză să mai faci ce-ți cer. Lasă-le să vină către tine nu cu cereri care-ți răpesc din timp, ci făcând efortul de a te readuce lângă ele. Trebuie să vină către tine cu compasiune pentru eforturile tale și cu recunoștință pentru ceea ce faci. Altfel, niciunul dintre voi nu are nimic de câștigat. Ele amândouă se simt nedreptățite, căci nu apreciază ce primesc, iar tu te simți rupt în două. E timpul să schimbi direcția fluxului de energie de la ele către tine.

Omul m-a ascultat atent și și-a luat chiar notițe. A plecat puțin mai îndreptat de spate, călcând cu un pas mai sigur. Uneori, când oamenii au dureri nediagnosticabile, totul e „în inima lor", și nu „în capul lor".

Întrucât corpul și mintea sunt îngemănate, nu este surprinzător că ambele contribuie la orice tip de boală. Mai rar totuși sunt efectele atât de ușor de depistat ca în cazul uneia dintre clientele mele de la spa-ul terapeutic. O englezoaică la vreo 50 de ani venise ca să slăbească după ce încercase zeci de diete la modă. La început am trimis-o la nutriționiști, spunându-i:

— Vor face un lucru pe care eu nu-l pot face, și anume să te ajute să creezi un plan alimentar concret.

Avea de gând să-i consulte, dar voia o citire a feței, ca să înțeleagă de ce nicio dietă nu avusese succes. Chiar și la prima vedere, pe chipul ei se observau semne de probleme de metabolizare a carbohidraților, mai ales când sunt consumați împreună cu grăsimi. Avea niște zone pufoase la nivelul maxilarului și sub buza de jos, precum și o piele lăsată (un început de fălci căzute) și pete pigmentare maronii. Liniile verticale de pe unghii au confirmat această impresie. I-am spus:

— Trebuie să eviți alimentele de tipul cartofi prăjiți, poate chiar și pâinea cu unt. Combinația de carbohidrați și grăsimi nu-ți face bine. De fapt, aș sta departe de cartofii albi și făina albă și aș alege carbohidrați complecși, cum ar fi cerealele integrale.

Am mai văzut și că-i plăcea vinul roșu. Fața „consumatorului de vin roșu" — diferită de fața tipică a unui alcoolic — are caracteristici care, foarte interesant, nu se văd pe fața celor care se răsfață excesiv cu vin alb. Băutorii învederați de vin roșu au adesea niște riduri verticale pronunțate între ochi, ca ridurile unui gânditor, doar că sunt presărate cu pete pigmentare. Astfel de riduri nu sunt suficiente pentru a identifica un băutor de vin roșu decât dacă apar și alte semne. Acestea sunt: pleoape superioare căzute, multe riduri fine și porii dilatați sub ochi, o nuanță roșiatică a

obrajilor, piele uscată și ridată pe pomeți și riduri foarte adânci care pornesc de la nas spre gură. Caseta cu „Excesele citite pe față" prezintă dovezile faciale asociate cu unele dintre substanțele pe care le consumăm.

Obrajii ei înroșiți și crampele musculare pe care mi-a spus că le resimte noaptea sugerau că, asemenea multora care fac excese bahice, avea carență de magneziu. Cu asta s-a încheiat și citirea. Indiciile de pe fața ei au fost atât de evidente, că a fost una dintre cele mai rapide citiri pe care le-am făcut vreodată. Orice nutriționist competent probabil că-i va recomanda o dietă care să rezolve problemele pe care le descoperisem.

Dar apoi am fost atras de o aluniță, un fel de polip epitelial închis la culoare, aflat imediat sub capătul exterior al uneia dintre sprâncene. Desigur, așa cum m-a învățat maestrul meu, dacă intuiția te mână către o trăsătură, chiar dacă aparent aleatorie, fii atent — are legătură cu problema clientului. De aceea am consultat o diagramă a destinului, un grafic chinezesc ce identifică 108 puncte de pe față și face legătura cu anii din viața unei femei. Orice semn anormal (o aluniță, o cicatrice) care apare în apropiere de un astfel de punct înseamnă un an semnificativ — nu bun sau rău, ci pur și simplu important. Deoarece există mai multe grafice și fiecare dintre ele necesită un studiu intensiv pentru a fi bine interpretate, nu le reproduc aici.

Alunița era într-un loc asociat cu vârsta de 34 de ani a femeii, așa că i-am spus:

— Faptul că nu poți slăbi poate să aibă legătură cu această vârstă. Ți s-a întâmplat ceva la 34 de ani?

A început să plângă, ceea ce este benefic atât din punct de vedere fizic, cât și emoțional. Lacrimile detoxifică organismul. De aceea e cel mai bine să le lăsăm să curgă și să nu le oprim, căci ne scapă de aciditate. Așa că am așteptat minute în șir ca suspinele sale să se potolească înainte de a-i spune:

— Probabil că ai avut o perioadă foarte grea.

— Da, aveam 34 de ani când fetița mea a fost lovită de o mașină la Londra. A murit și n-am mai suportat să rămân în Anglia. Nici măcar în Europa. Așa că am venit în Asia, unde aveam niște clienți potențiali pentru firma mea de planificare de evenimente. Acum este atât de prosperă, încât nu fac altceva decât să muncesc și să dorm. E o binecuvântare ambivalentă.

— Tatăl copilului este alături de tine?

Nu știam dacă era căsătorită, iar ea nu-mi spusese.

— Nu, a rămas la Londra. Așa cred, cel puțin. Nu ținem legătura.

A trebuit să-i explic, ca de obicei, că pot să-i ofer informații, dar nu și îndrumare. Însă i-am spus:

— Ai trăiri atât de intense și de nerezolvate față de Londra, încât pare că ar trebui să te întorci acolo, măcar într-o vizită. Poate că ar trebui să reiei legătura cu fostul

soț. Poate că trebuie să vezi locul accidentului. Nu cred că-ți vei găsi liniștea până când nu te confrunți cu situația și cu emoțiile de care ai fugit.

Am îndemnat-o să găsească un terapeut care să o ajute să-și gestioneze trăirile.

— Într-un oraș mare ca Londra, trebuie să găsești un terapeut bun.

Și poate că atunci când va înceta să-și mai înghită suferința va avea mai multe șanse să slăbească.

Veganul adulterin

Multe cupluri vin să mă consulte în legătură cu infertilitatea, deoarece, de foarte multe ori, e greu să fie identificată cauza și speră ca o sesiune de citire a feței să depisteze o problemă scăpată din vedere de testele medicale invazive. Uneori pot observa o carență de minerale sau pot recomanda o modificare a alimentației, care să fie de ajutor. Însă, în cazul unuia dintre cuplurile pe care le-am întâlnit, sursa infertilității a ieșit repede la lumină.

Erau instructori de yoga și citiseră un articol despre mine într-o revistă cunoscută. Erau ambii vegani de multă vreme, păreau să fie într-o excelentă stare de sănătate și, de fapt, erau excepțional de atractivi. Dar, așa cum mi-au și explicat, încercau de trei ani să facă un copil. Au mers pe la toți doctorii și au făcut toate testele, ale căror rezultate au ieșit normale. Am întrebat:

— Iar viața voastră sexuală este și ea normală?

Au fost amândoi stânjeniți, apoi ea mi-a răspuns:

— Păi, nu. Eram foarte pasionali înainte, dar în ultimii câțiva ani ne-am pierdut pasiunea.

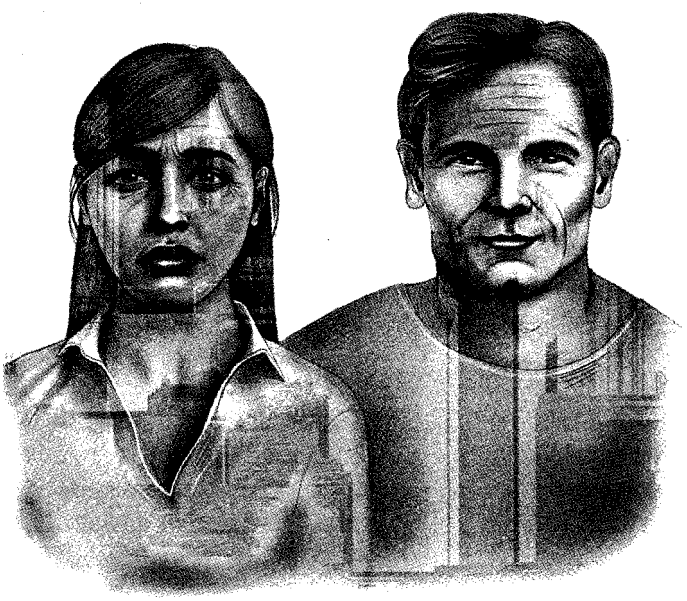
— Deci este o problemă mentală? Eu nu sunt terapeut. V-ați gândit să mergeți la consiliere sau măcar la un expert în yoga tantrică?

— Vrem doar să știm ce se vede pe fața noastră, mi-a zis ea. Poate că găsim un răspuns.

În acel moment m-am întrebat dacă nu cumva erau în căutarea vreunei legături mistice, de tipul unor destine divergente sau al unor vieți trecute discrepante.

Dar am zis să încerc. Ea avea un chip oval (Jade), cu un nas delicat, ochi frumoși și o gură largă, cu buze cărnoase. Era chipul unei persoane iubitoare și generoase, al unei mame bune. Totuși, felul în care își mișca buzele nu era senzual și primitor, ci reținut și inexpresiv. Evident, exista un blocaj emoțional care corespundea lipsei ei de pasiune. Când i-am spus asta, a fost dezamăgită. Spera să aibă vreo revelație care să o ajute să rămână însărcinată.

— Mă duc până la baie și poate o să-mi iau și un ceai cât faci citirea soțului meu, a zis ea.



Am sesizat că bărbatul nu era dornic de această citire. Avea un chip regal (King) — acela al unui lider, al unui îngrijitor afectuos — care-l predispunea să fie tată. Stând de vorbă, gura lui, spre deosebire de a soției sale, a fost foarte animată. Era atât de viu din punct de vedere emoțional pe cât fusese ea de reținută.

M-am întrebat de ce. M-am tras mai aproape, ca să-l evaluez mai atent și atunci mi-am dat seama: un iz puternic de testosteron. Orice impresie senzorială am, ea contribuie la citire, iar acesta era un indiciu important. Există numai câteva motive pentru care poți simți mirosul de testosteron la un bărbat. Așa că l-am întrebat:

— Ai venit aici direct de la antrenament?

— Nu, astăzi nu ne-am dus la sală. Am venit de acasă.

— Ai mâncat carne roșie? Știu că ești vegan, dar dacă ai poftă de-o friptură, nu e o crimă să mai strecori câte una din când în când.

— Nici vorbă! Sunt ani întregi de când nu m-am mai gândit la carne.

— Bine. Atunci am o problemă. Pasiunea soției tale este blocată, dar tu debordezi de pasiune. Îți trăiești emoțiile, dar fără participarea ei.

Când și-a lăsat privirile în pământ, agitându-și ochii în stânga și-n dreapta, semn de vinovăție, am știut că avea o aventură. M-am așteptat să nege complet. În schimb, s-a ridicat și m-a privit în ochi, fără un cuvânt. Era un strigăt mut: „Ajută-mă!"

Mi-a mers la inimă că nici măcar nu a încercat să mintă. Evident, ținea mult la soția lui. Părea să fie atras, nu îndrăgostit, de cealaltă femeie sau poate că se vedea cu mai multe.

În acest context, avea sens ca soția lui să-și reprime emoțiile. Ea credea că încercau să facă un copil, dar ei nu făceau sex. A fost forțată să se întrebe de ce. Probabil că-și înghițea suferința și furia cauzate de retragerea lui

sau poate chiar de respingerea lui directă, indiferent dacă bănuia sau nu că are o aventură. I-am zis:

— Nu-ți pot spune ce să faci în privința căsniciei tale. Dar pare nedrept să o lași să spere la o sarcină pe care ori nu ți-o dorești, ori ești prea consumat ca să o faci posibilă.

Era vineri, așa că l-am întrebat:

— Știi că vine luni pentru o consultație de nutriție și fertilitate? Nu o pot minți. De ce nu stai de vorbă cu ea în weekend? Altfel, voi fi nevoit să-i spun adevărul.

— Bine, o să mă ocup de asta.

Presupun că a făcut-o, pentru că ea nu a mai venit luni. Ceva mai târziu am dat peste un pliant de promovare a sălii lor, unde erau scrise numele amândurora. Am văzut în asta un semn bun.

Chip alb și luminos

Prin efectuarea de citiri în scopuri nutriționale am dat peste niște provocări foarte interesante. Spun „provocări" pentru că de multe ori clienții vin la mine când medicina convențională nu poate depista cauza simptomelor lor. Legătura dintre nutriție și starea de sănătate este o idee relativ nouă în medicina occidentală. Sistemele medicale alternative, ca Medicina Tradițională Chineză, Ayurveda și homeopatia, care recunosc această legătură, rămân controversate; iar remediile pe care le pun la dispoziție, nefiind susținute de studii de dimensiuni extinse, nu pot fi vândute ca tratamente și, spre deosebire de medicamente, nici nu sunt reglementate. Eu sunt cititor de fețe, nu medic, așa că, dacă obțin informații despre o problemă nutrițională cum ar fi o carență, le recomand clienților să consulte un specialist, respectiv un terapeut specializat în medicina alternativă, care să cunoască și sistemul alopat, și pe cel alternativ și care să-i evalueze și să-i trateze.

Dar, uneori, fie și numai o schimbare alimentară poate să facă diferența.

Era iulie când a venit la mine o tânără căreia îi era foarte frig. Era o vară tipică în Karlsruhe, cu temperaturi în jur de 27 de grade.

— Majoritatea oamenilor se plâng de căldură, mi-a zis ea. Dar eu nu mă pot încălzi, nici măcar dacă-mi pun un pulover.

Fusese pe la diverși medici, dar până acum nimic nu o ajutase.

— Mai ai și alte simptome? Ca oboseala sau inflamația?

— O, da. Sunt extenuată. Și se pare că fac tot timpul infecții urinare. Și mă simt ca o femeie bătrână, atât de înțepenită, că abia dacă mă mai mișc.

În acel moment am fost derutat. Aveam o bănuială că problema ei avea legătură cu alimentația, dar pentru că era atât de tânără — abia împlinise 20 de ani — pe chipul ei nu se vedeau indiciile pe care le văd de obicei la persoanele mai în vârstă. Dar apoi am observat o dungă de un alb lăptos sub pleoapa inferioară. Studiind-o mai îndeaproape, am văzut că întreaga ei față avea o nuanță fantomatică, translucidă, și că era mult mai palidă decât gâtul. I-am spus:

— Vrei să-ți ridici mâneca până la umăr?

Când a făcut-o, am văzut că și brațul ei era tot de un alb lăptos ca și fața. Acesta este un sindrom, numit uneori pielea de alabastru, cunoscut încă de pe vremea lui Hipocrate. Era într-adevăr legat de alimentație, probabil declanșat de o carență a unor săruri minerale din familia potasiului. Administrarea sub formă de supliment putea fi periculoasă și necesita supraveghere din partea unui specialist experimentat. Dar i-am putut recomanda anumite alimente care o puteau ajuta, printre care semințe de floarea-soarelui, linte, cartofi, roșii, grepfrut și măsline.

Sunt bucuros să afirm că schimbarea de alimentație a avut efect. Durerile ei articulare s-au ameliorat și a început

să-și recapete energia. Nu mai tremura de frig în mijlocul verii. Încă mai avea piele de alabastru pe față și pe mâini, deci nu era complet echilibrată, dar simptomele ei cele mai îngrijorătoare dispăruseră.

O altă clientă avea o albeață similară, dar, foarte ciudat, cu reflexe. Nu în sensul că avea pielea grasă, ci o pată pe față, pornind de la vârful nasului și până la ureche, care avea o lucire albicioasă, ca o oglindă. Zonele de la colțul ochilor la ureche erau cele mai lucioase.

Nu venise cu o problemă anume, dar decolorarea lăptoasă a feței ei era atât de ciudată, că n-am putut să nu o întreb:

— Ai mâncărimi? Îți cade părul?

— Da, mi-a răspuns ea. Am mâncărimi puternice, iar părul îmi cade cu duiumul. Mă îngrijorează.

Aceste simptome sugerau o carență de siliciu, un mineral care se găsește cu greu în mâncare. Posibilele surse sunt de la ovăz, pâine albă și chiar și bere până la rucola, smochine și sparanghel. Dar întrucât Silicea, un compus al siliciului, se folosește în homeopatie, m-am gândit că, în loc să facă o încercare alimentară fără mari șanse de reușită, i-ar prinde mai bine să consulte un medic naturist. Cu ajutorul lui și-a reechilibrat aportul de minerale, iar mâncărimile și căderea părului s-au atenuat.

Pasărea de noapte

Un tânăr pe care l-am întâlnit în Karlsruhe, orașul meu natal, mi-a pus o întrebare ciudată:

— Fața mea te sperie?

Am fost surprins, pentru că nu-mi trecuse niciodată prin minte o asemenea idee, dar mi-a explicat că era în căutarea unui job de ospătar. Un manager de restaurant l-a respins, spunându-i: „Arăți un pic cam amenințător ca

să fii pe placul clienților". Apoi a întrebat pe cineva dacă vrea să iasă cu el la o întâlnire și a fost refuzat, pe motiv că inspira „teamă", după cum i-a mărturisit acea persoană prietenului său. Luat la întrebări, prietenul a recunoscut: „Păi, da, fața ta poate părea puțin înspăimântătoare pentru cineva care nu te cunoaște".

Tipul nu avea tatuaje sau piercinguri, care le-ar putea părea înspăimântătoare unora, iar expresia lui nu mi s-a părut furioasă sau agresivă. Dar avea o trăsătură neobișnuită: niște linii groase, de un gri-închis, sub ochi. Părea că i-a dat cineva cu o pensulă pe pleoapele de jos. I-am spus:

— Singurul lucru care mă sperie este cât de puțin dormi. Arăți foarte obosit. Te duci vreodată la culcare înainte de răsăritul soarelui?

— Nu prea. Variază, dar sunt pasăre de noapte.

Mai avea și un aer de letargie agitată, de parcă ar fi fost prea neliniștit ca să se relaxeze, dar și prea epuizat că să acționeze. Îmi închipuiam că energia lui putea să i se pară cuiva derutantă și, împreună cu pleoapele lui gri, poate chiar amenințătoare.

— E clar că nu ești o persoană matinală — a râs când i-am spus asta — și poate nici automotivată. Ai nevoie de cineva care să te motiveze și să-ți spună ce să faci?

— Da, a recunoscut el. Presupun că așa este personalitatea mea.

— Nu prea cred. Cred că ai carență de fier. Avem nevoie de fier pentru stimularea sistemului imunitar, precum și pentru energie.

Organismul nostru se folosește de fier pentru a produce hemoglobina din hematii, cea care transportă oxigenul de la plămâni la musculatură și la alte organe și care colectează dioxidul de carbon pe care-l readuce în plămâni, de unde-l eliminăm prin expirație. Evident, acestea sunt niște funcții esențiale. În general, lipsa de fier este una dintre cele mai comune carențe de minerale.

Dar asta nu înseamnă că putem pur și simplu să înghițim suplimente. Femeile pierd în fiecare lună fier prin menstruație, dar la noi, ceilalți, având în vedere că nu are pe unde să se elimine, se poate acumula, provocând o afecțiune numită hemocromatoză, cu efecte periculoase sau chiar fatale, printre care se numără impotența masculină și insuficiența hepatică. De aceea, pe vremuri, pentru ameliorarea afecțiunilor despre care se credea că sunt cauzate de excesul de fier din sânge, se folosea flebotomia.

Este mult mai sănătos să obții fier din alimentație. Cel mai ușor se absoarbe din produse animale precum crustaceele, organe ca ficatul, din carnea roșie de vită și carnea de curcan, dar se mai găsește și în quinoa, tofu, leguminoase ca fasolea neagră și lintea, în semințele de dovleac, dar și în broccoli și legume cu frunze verzi ca spanacul.

Ce m-am gândit că i-ar fi util clientului meu a fost un compus homeopatic, ferrum phosphoricum, pe care să-l ia înainte de culcare, ca să-i inducă somnul în timp ce o cină bogată în fier, pe bază de ficat, ar fi încă în proces de digestie. Dar fiindcă nu sunt terapeut naturist, l-am trimis la un specialist în medicina integrativă pentru evaluare și tratament.

Apoi i-am zis:

— Orice-ai face, trebuie să te culci la ore regulate, nu mai târziu de 10 seara. Gata cu statul până târziu, până la 4–5 dimineața!

— Poftim? De ce? a întrebat gata-gata să se înece.

— Pentru că ai nevoie de un somn profund și neîntrerupt, care este greu de obținut dacă funcționezi invers decât ciclul normal al organismului, acordat cu lumina zilei. Apoi, ca să scapi de acele cearcăne și de letargie, ai nevoie de o detoxificare. Detoxificarea funcționează noaptea, nu la ivirea zorilor. Măcar câteva săptămâni trebuie să ai un orar strict, ca să reînveți să dormi noaptea. După ce ți-ai restabilit ceasul biologic, poți sta treaz până mai târziu din

când în când, poate până pe la unu noaptea. Dar nu face din asta un obicei. Energia și puterea ta de concentrare se vor îmbunătăți. Iar pleoapele tale nu vor mai fi gri, ci vor reflecta persoana care ești cu adevărat.

Clipitul

Managerul unei mari echipe britanice de fotbal m-a sunat în legătură cu unul dintre jucătorii săi și m-a întrebat:

— Cât de repede poți ajunge aici? Am un jucător care nu poate să apară la televizor. Clipește ca apucatul în fața camerei de filmat. Oamenii au început să șușotească și e stânjenitor.

— E un fel de tic nervos?

— Medicii așa cred. E doar la un singur ochi. E enervant, deși în mod normal el este un excelent purtător de cuvânt pentru echipă. Dar nu ne trebuie o astfel de publicitate.

Nu am putut ajunge pe cât de repede își dorea managerul echipei, așa că i-am cerut să-mi trimită niște înregistrări video. Evident că-l știam pe jucător și-l admiram. Uitându-mă la el cum vorbește, am văzut cât de pronunțat era clipitul său. Se vedea la fiecare interviu de după un meci.

Ultimul din seria de înregistrări, asemenea gândului de pe urmă, era un filmuleț făcut într-un studio de televiziune. Patru comentatori, câte doi de fiecare parte a jucătorului, stăteau de vorbă cu el, cerându-i părerea despre ligă. Deși era în centrul atenției a patru oameni care-i puneau întrebări, jucătorul se simțea în largul său și neintimidat de mediul din studio — reflectoarele puternice, dispozitivele tehnice și echipamentul care aglomerau spațiul, plus numărul mare de camere de filmat. Era pe deplin implicat și nu clipea des.

Uitându-mă la chipul lui, m-am întrebat de ce. Dacă ar fi fost o problemă nervoasă, filmarea din studio ar fi trebuit să-l tulbure mult.

Tot uitându-mă când la o înregistrare, când la alta, am văzut diferența. În studio, jucătorul avea o nuanță uniformă a pielii, dar în toate interviurile de după meci era roșu în obraji. Se liniștise după efortul și intensitatea emoțională a meciului, deci nu asta era explicația pentru roșeața sa. Date fiind pleoapa care-i tresărea și obrajii rumeni, am presupus că problema era o carență de magneziu.

Avea sens. Jucătorul se avânta în joc cu o forță și o concentrare intensive, deci până la fluierul final ajungea să-și consume complet rezervele de magneziu. Lipsa de magneziu îi face pe oameni să aibă poftă de dulciuri, de cafea sau de băuturi energizante; să aibă dureri de cap și crampe musculare; sau, întrucât magneziul ajută la funcționarea sistemului nervos, să manifeste ticuri.

I-am explicat managerului teoria mea și i-am propus o modalitate de testare. După un meci, jucătorul putea să ia un supliment recomandat de medic — să-ți stabilești singur dozele din orice fel de supliment poate fi riscant — sau să mănânce niște alimente bogate în magneziu, ca semințe de dovleac, migdale, caju, alune, sau chiar să bea un smoothie de verdețuri, făcut cu spanac și frunze de napi. Ar trebui să-i îngăduie puțin timp mineralului să-și facă efectul, făcând un duș înainte de a sta de vorbă cu presa. Foarte probabil, atunci va putea să dea interviuri fără să clipească des.

Strategia a funcționat. Jucătorul a continuat să dea interviuri foarte bune pentru tot restul sezonului. În prezent, întrucât au trecut niște ani, s-a retras din echipă și — ce transformare! — a devenit comentator sportiv de televiziune.

Nasul roșu

Nu m-am gândit prea mult la motivele pentru care prietenul meu avea nasul roșu. Eram conștient de asta, dar, în cazul unei persoane familiare, tindem să ne concentrăm

asupra ochilor și mai puțin asupra altor trăsături, mai ales dacă rămân neschimbate. Dar într-o zi m-a întrebat:

— Ți se pare că arăt a bețiv? Pentru că asta presupun oamenii.

— Nu te-am văzut niciodată să bei prea mult, așa că nici nu mi-a trecut prin cap așa ceva. De cât timp ai nasul roșu?

— De vreo 10 ani. Nu m-am născut așa. Dar acum încep să mă întreb care o fi cauza.

Vârful nasului său era de un roșu-aprins. Asta însemna că stomacul său era, din cine știe ce motive, inflamat. Studiindu-i chipul, abia dacă i-am putut depista ridurile nazolabiale, cele care pornesc de la marginea nărilor și ajung la colțurile gurii. Erau foarte indistincte, lucru foarte neobișnuit la un bărbat trecut de 30 de ani. Vaga lor definire mi-a confirmat diagnosticul de tulburări gastrice.

Știam că gastrita, o infecție a stomacului cauzată de un virus sau de o bacterie (în special *Helicobacter pylori*, care poate duce la ulcer), poate fi cronică, dar nu ar ține 10 ani fără simptome.

— Iei vreun medicament? l-am întrebat, pentru că unele pot să irite mucoasa gastrică.

Nu lua. Deci cel mai probabil cauza ținea de alimentație.

— Care sunt alimentele tale preferate?

Tot ce-a numit erau proteine de origine animală: brânză, ouă, cârnați și șuncă, costițe de miel, burgeri și fripturi. În funcție de dieta la modă în care crezi, ce mânca el este ori o sursă de inspirație, ori un coșmar. Ideea lui de legume se reducea la cartofi prăjiți sau copți, înecați în unt. I-am spus:

— Sistemul tău digestiv are nevoie de o pauză. Nasul tău arată că ești dezechilibrat.

M-a privit îngrijorat. L-am liniștit:

— N-o să-ți spun să renunți la ce-ți place. Asta doar medicul poate s-o facă, pe baza analizelor de sânge. Dar

EXCESELE CITITE PE FAȚĂ

Pe chipul nostru se reflectă starea noastră nutrițională, precum și cât de bine metabolizăm ceea ce ingerăm. De aceea nu este deloc surprinzător că asta ne oferă indicii cu privire la excesele noastre alimentare și la alte obiceiuri nu foarte sănătoase. În cele ce urmează sunt câteva exemple de substanțe care, dacă sunt consumate în exces, lasă urme pe fețele noastre. Când văd aceste semne, le recomand clienților să renunțe treptat la excese și, în unele cazuri, să adauge alimente de susținere în dieta lor. Secțiunile despre „Minerale" și „Metabolism" din Partea a III-a, „Ghid de citire a feței", vin cu mai multe informații despre alimente și micronutrimente.

- ***Alcool.*** Cei mai mulți dintre noi recunoaștem un alcoolic după față: buhăită și moale, cu pori dilatați și capilare sparte, un aspect roșiatic sau pete roșii, ochi injectați și cearcăne roșietice.
- ***Vin roșu.*** Cei care consumă excesiv vin roșu pe o perioadă îndelungată pot să aibă niște caracteristici diferite de cele ale alcoolicului tipic: riduri pronunțate între ochi, cu pete între ele; pori dilatați și piele uscată sub ochi, cu multe riduri fine; pleoape căzute; riduri foarte adânci de la nas la gură; și obraji uscați și roșietici, brăzdați de riduri fine. Doar unul sau două dintre aceste semne nu face din cineva un băutor de vin roșu, dar o combinație între ele este adesea un indiciu. Nu se știe din

ce motive, dar consumul excesiv de vin alb nu pare să se manifeste în același fel pe față.

- ***Carbohidrați rafinați.*** Adesea de vină sunt produsele din grâu. Nu știu dacă e din cauza glutenului sau a altor substanțe din grâu, dar observ frecvent semne de consum excesiv în Franța, unde oamenii mănâncă multă pâine, și în Italia, unde mănâncă paste. Aceste semne sunt diferite de pielea lăsată la nivelul maxilarului, care indică o metabolizare deficitară a carbohidraților. Semnele consumului excesiv de produse rafinate din grâu sunt: pete întunecate în jurul bărbiei, pe frunte sau pe obraji, plus pori încărcați sau puncte negre, fără legătură cu schimbările hormonale din adolescență.
- ***Zahăr.*** Consumul excesiv și îndelungat de zahăr este semnalizat adesea de ridurile subțiri și adânci din partea superioară a frunții. Cu cât sunt mai aproape de linia părului, cu atât persoana respectivă a consumat mai mult zahăr. Unii cititori chinezi de fețe văd asta drept o situație de tip oul-sau-găina, căci multe riduri pe frunte sunt semnul unei persoane idealiste, creative, imaginative. Creatorii consumă multă energie. Prin urmare, ce-a fost mai întâi? Preferința pentru zahăr, exprimată în ridurile de pe frunte, sau activitatea mentală intensivă, ce necesită surplusul rapid de energie oferit de zahăr?

Alte semne de dependență de zahăr sunt un aspect costeliv (supt la față, cu o nuanță

alb-gri a pielii); piele subțire și lăsată sub ochi și pe pomeți, care face laba-gâștei; și, adesea, coșuri pe toată fața.

- ***Prăjeli.*** Pentru unii dintre noi, prăjelile sunt la fel de adictive ca zahărul. Excesul face ca fața să arate pământie și lucioasă, cu o peliculă grasă care împiedică pielea să elimine reziduurile. Când oamenii reduc consumul de prăjeli, arată de regulă cu câțiva ani mai tineri, căci pielea se poate regenera.
- ***Lactate.*** Persoanele care au o alimentație bogată în lapte, brânzeturi, iaurt, unt și altele asemenea au adesea coșuri concentrate pe bărbie sau prezente pe obraji. Tind să fie palizi în obraji, și nu rozalii sau cu un aspect sănătos. Pleoapele lor superioare sunt adesea umflate și pot să aibă cearcăne întunecate. Aceste modificări reflectă cel mai adesea prezența hormonilor în produsele lactate, fie că sunt naturali, fie că vacile au fost hrănite cu hormoni pentru stimularea producției de lapte.
- ***Carne roșie.*** Dacă pui alături un american și un european de vârstă mijlocie și te uiți la ei, există o diferență evidentă între chipurile lor. Majoritatea americanilor arată flasci ca niște buldogi și cred că putem pune asta pe seama alimentației. Bărbații, mai ales, mănâncă mai multă carne roșie decât majoritatea europenilor, ceea ce poate să le provoace umflarea feței. Rareori vezi un consumator pasionat de friptură cu o față suplă.

În Statele Unite, carnea conține și hormoni naturali, și o varietate de hormoni de sinteză adăugați, interziși de zeci de ani în multe țări europene. Acești hormoni pot să aibă rolul lor în cazul diferenței de aspect dintre americani și europeni. Pe ambele continente, consumatorii înveterați de carne tind să aibă o serie de probleme la colon și de digestie, ușor de recunoscut de către cititorii de fețe.

- ***Sare.*** Persoanele care consumă multă sare rețin apă, iar asta se manifestă prin umflarea feței, mai ales a pielii subțiri din jurul ochilor. Pungile de sub ochi sunt adesea un semn de slăbiciune a rinichilor și vezicii urinare, care se poate ameliora când oamenii reduc consumul de sare.
- ***Fumat.*** Fumatul nu afectează numai inima și plămânii, ci îmbătrânește și tenul. Deoarece fumatul privează pielea de oxigen și substanțe nutritive, poate să-i modifice culoarea, pe unii făcându-i palizi și pământii la față, iar pe alții să aibă o culoare neuniformă, pătată. Cele 4 000 de chimicale din țigări degradează colagenul și elastina, fibrele care-i dau pielii rezistență și elasticitate. Rezultatul este o piele lăsată, mai ales sub ochi, și riduri adânci, inclusiv laba-gâștei și riduri verticale pronunțate în jurul buzelor. Efectele mai grave ale fumatului la nivelul feței sunt cataracta, adică încețoșarea retinei, dar și cancerele bucale și de piele.

- ***Veganism.*** E ușor să identifici veganii care au o alimentație atentă și echilibrată, căci au de regulă o piele superbă, ce strălucește de sănătate. Unii arată mult mai tineri decât sunt, poate chiar cu zeci de ani. Dar destul de des văd vegani, în special aceia care renunță la produsele de origine animală din motive filosofice, și nu de sănătate, care au toate semnele consumului de porcării — zahăr, grăsimi, sare și carbohidrați rafinați.

încearcă următorul lucru: de trei ori pe an, timp de două săptămâni, fii vegan și nu consuma deloc produse animale.

— Și-atunci ce-o să mănânc? Nu sunt genul care să mănânce tofu și alge.

— Vei experimenta. Cred că vei descoperi foarte multe alimente noi, despre care nici măcar nu știai că-ți plac.

Exact asta s-a întâmplat. Nu doar că nu mai are nasul roșu, dar a descoperit că îi place foarte mult această provocare și mi-a mărturisit:

— Nu aș vrea să mănânc tot timpul așa, dar acele săptămâni vegane chiar mă ajută. Acum mă simt excelent. Mai bine, mai ușor.

Față de alergător

Această sintagmă nu este un termen din domeniul citirii feței, însă în ultimii ani numeroși clienți m-au întrebat despre asta. Se pare că unii cred că alergatul face să-ți tremure fața, distrugând colagenul și determinând lăsarea pielii; arderea grăsimilor te face tras la față și ajungi să arăți ca un schelet; sau te îmbătrânește prin adâncirea

ridurilor. Aceste convingeri sunt adevărate într-o anumită măsură. Cuvintele de bază aici sunt „într-o anumită măsură".

Pe la jumătatea vieții, oamenii, în special femeile, care s-au antrenat intensiv ani de-a rândul sunt vulnerabili la aceste efecte ale feței de alergător. Este și cazul unei americance de la un spa din Hong Kong care mi-a făcut cunoscută această expresie. Deși avea 50 de ani, dacă o vedeai din spate ai fi crezut că este o studentă atletică. Atât avea corpul de tonifiat și de subțire! Dar, dacă se întorcea, erai șocat de ochii adânciți în orbite și de obrajii supți, fiecare dintre ei brăzdați de câteva riduri, cât branhiile de rechin. Ridurile îi apăruseră de relativ puțin timp și m-a întrebat:

— Am făcut aceste riduri din cauză că alerg? Cu alte cuvinte, am față de alergător?

Mi-a povestit care este stilul ei de viață. În ultimii șase ani alergase 8–10 kilometri pe zi și diminuase mult nivelul de carbohidrați din alimentație. Subzista în mare parte cu pește, piept de pui, ouă și legume, nivelul de grăsimi fiind minim.

— E un regim destul de sever, i-am zis.

— În cazul meu are efect. Sunt mândră de disciplina mea. Și, hai să fim sinceri, câte femei peste 40 de ani au un corp ca al meu?

— Corpul te reprezintă, dar chipul este expresia ta. Ești dispusă să sacrifici ceea ce te face cea mai atractivă — expresia de sine — doar ca să fii slabă?

A fost dezamăgită că nu i-am lăudat autocontrolul sau silueta. Am continuat:

— Să faci zilnic exerciții de mare impact îți afectează trăsăturile feței.

Dermatologii consideră benefic un antrenament intensiv de un anumit grad, căci stimulează circulația sângelui. Dar prea mult îi face pe unii oameni, printre care și clienta mea, să aibă pielea lăsată și obrajii supți. Și genetica are

rolul ei în menținerea unui corp tonifiat și în distribuția grăsimii. Cremele de protecție solară pot să prevină apariția ridurilor. Nutriția, proprie fiecăruia, este la rândul ei un factor important.

— Nu spun să nu mai alergi, dar trebuie să-ți schimbi alimentația.

— De ce? Ce e în neregulă cu proteinele din surse slabe și cu legumele?

— Nimic. Unii oamenii arată foarte bine având o alimentație bogată în proteine, dar tu ai nevoie de o altă rație. Alte femei de vârsta ta pot să se antreneze în fiecare zi și să nu ajungă să arate atât de scheletic la față.

Dat fiind chipul său extrem de ascuțit și noile riduri, suspectam că clienta mea avea o perturbare a metabolismului proteinelor. Secțiunea „Metabolism" din Partea a III-a, „Ghid de citire a feței", oferă mai multe informații despre astfel de afecțiuni.

— Faci des diaree?

A dat din cap în semn că da.

— Și ai cumva niște coșuri albicioase pe spate?

— De unde știi că le am?

— Acestea sunt semne de detoxificare. Când organismul primește dintr-o substanță mai mult decât poate tolera — în cazul tău proteinele —, încearcă să o elimine cât de repede posibil. Diareea este eficientă și rapidă. Pielea, care este cel mai mare organ de detoxificare, încearcă să elimine excesul prin transpirație, încărcând porii și făcând să apară coșuri.

— Hmmm...

— Iar intensitatea antrenamentului tău — să alergi 8–10 kilometri pe zi — nu prea îți face bine. Repet, unii oameni obțin beneficii de pe urma acestei intensități, căci îi ajută să fie echilibrați. Dar tu ai mers prea departe. Organismul are nevoie de echilibru, nu de extreme.

— Ce te face să crezi că nu e bun pentru mine?

— În tradiția chineză a citirii feței, aceste riduri noi de pe obrajii tăi au legătură cu primele linii de pe un câmp de luptă, arătând că te zbați să obții putere sau autoritate. Pentru ce te lupți?

Avea verigheta pe deget. Am întrebat-o?

— Soțul tău își dorește să fii slabă?

— Nu neapărat. I se pare că arăt bătrână la față. Dar îl văd cum se uită pe stradă la chinezoaice, care sunt atât de micuțe. Dacă aduc vorba despre asta, devine arțăgos și-mi spune că e doar în capul meu.

— Deci frica te mână să alergi. Crezi că trebuie să te lupți pentru el, deși nu ești sigură că-i fug ochii după altele. Poate că nu face parte din natura ta să fii în prima linie, să te lupți, să alergi, să tragi mereu de tine. Poate că te forțezi să încapi într-un corp care, asemenea unui costum, le este bun altora, dar nu și ție.

Am trimis-o la nutriționiștii centrului pentru reechilibrarea alimentației și am îndemnat-o să-și varieze antrenamentele: să alerge patru zile pe săptămână, apoi să facă altceva, yoga sau dans pentru flexibilitate. Sau pur și simplu să se relaxeze.

— Gata cu extremele! Dă-ți puțină libertate. Inclusiv libertatea de a nu-ți mai fi frică.

Nasul albastru

Pentru un cititor de fețe, depistarea unei probleme majore de sănătate vine cu o dificultate însemnată, filosofică și morală deopotrivă. Am afirmat adesea în această carte că suntem observatori, nu ghizi spirituali, consilieri de carieră sau de cuplu și nici terapeuți ai minții sau ai corpului. Suntem diagnosticieni numai în măsura în care tradițiile noastre îndelung codificate, formarea și, foarte important, intuiția individuală ne permit să interpretăm semnele de

pe un chip. În multe locuri, legea ne împiedică să facem recomandări medicale. Și-atunci ce facem când ne confruntăm cu o boală mortală?

Într-o astfel de situație m-am găsit în cazul unui neamț de vreo 60 și ceva de ani, trimis la mine de către soția lui pentru efectuarea unei citiri de nutriție. Avea niște dureri groaznice de stomac fără vreo cauză evidentă. Atenția mi-a fost imediat atrasă de nasul lui. Vârful, care este asociat cu stomacul, era doar foarte puțin roșu. Un roșu mai închis poate să indice alcoolism sau, ca în cazul prietenului meu apropiat cu nasul roșiatic, o inflamație gastrică de un fel sau altul. Vârful nu era îngroșat, cum se vede adesea la connoisseuri, care se delectează frecvent cu mâncare și băuturi fine (un bun exemplu este nasul mare și cărnos al lui Gérard Depardieu). O neregulă pe care am văzut-o au fost vinișoarele roșii și albastre de pe partea laterală a nărilor și care șerpuiau până pe puntea nazală. Asta a fost îngrijorător.

Chiar dacă vârful nasului reflectă stomacul, nasul în sine are legătură cu plămânii. Un semn sau chiar mai multe nu duc la o concluzie fermă, dar niște vene albăstrii și proeminente trezesc suspiciuni. Bărbatul avea o combinație îngrijorătoare de simptome — un aer bolnăvicios în general, un ten palid și tâmple scobite, pe lângă vinișoarele albastre. Am fost forțat să am în vedere posibilitatea unui cancer pulmonar.

— Fumați? l-am întrebat.

— De ce? Stomacul e cel care mă doare.

— Deoarece nicotina și restul de chimicale din țigări irită, prin intermediul salivei, tractul digestiv. Fumatul slăbește mușchiul dintre stomac și esofag, ceea ce duce la probleme ca arsurile gastrice și refluxul acid. Mai este și un mare factor de risc de cancer de colon. Prin urmare, sunt de părere că durerile de stomac pe care le aveți s-ar putea să aibă legătură mai mult cu fumatul decât cu alimentația.

A părut surprins. I-am făcut câteva recomandări de alimente calmante pentru stomac și l-am îndemnat din nou să se lase de fumat.

Și-apoi? Pe-atunci eram cititor de fețe de numai doi ani și încercam din răsputeri să mă conformez formării mele. Una dintre regulile față de care maeștrii mei erau foarte stricți este: *Nu răspunde la o întrebare care nu ți-a fost pusă.* Cu alte cuvinte, nu forța pe cineva să-ți asculte părerea și nu transforma o citire de nutriție într-o consultație medicală. În plus, deși aveam încredere în formarea mea, nu sunt medic și nu pot recomanda analizele medicale la care s-ar aștepta un client european la aflarea unui asemenea verdict grav.

Poate chiar urma un tratament pentru cancer. Dar dacă nu știa? Încă mă frământam când s-a ridicat să-mi mulțumească și mi-a întins mâna în semn de salut. I-am strâns-o și i-am spus cu o nuanță controlată de urgență în glas:

— Oh, încă un lucru — începând de acum, să mergeți o dată pe an să vă consulte un pneumolog.

— Serios? Abia dacă știu ce este un pneumolog. Nimeni nu mi-a spus asta vreodată.

— Doar ca precauție.

După două săptămâni am primit un telefon de la soția lui care mi-a spus:

— Eric, nu știu ce te-a făcut să-i spui soțului meu să meargă la pneumolog. Nici măcar nu știu dacă vreau să-ți mulțumesc pentru asta. Până la urmă s-a dus.

— Ah?

— Da, are cancer la plămâni. Urmează un tratament pentru micșorarea tumorii înainte ca medicii să încerce să-l opereze. Se pare că avem în față un drum lung și greu.

Cum aș gestiona o astfel de situație astăzi, după mulți ani de citire a feței? Profesionist ar fi să răspund la întrebarea care mi-a fost pusă; uman ar fi să sun alarma și să insist

pe urmarea unui tratament. Cel mai bun răspuns pe care-l pot da este: probabil că la fel. Dată fiind urgența situației, aș conta pe partea mea umană să mă ajute să găsesc o cale de a-i expune clientului situația.

Fața morții

Cititorii de fețe nu analizează constant oamenii. Ar fi imposibil să funcționezi dacă ai fi bombardat cu informații despre oricine îți iese în cale. Ca să eviți să fii copleșit, îți retragi antenele până când ai motive să efectuezi o citire. Însă unele semne sunt imposibil de ignorat sau de omis.

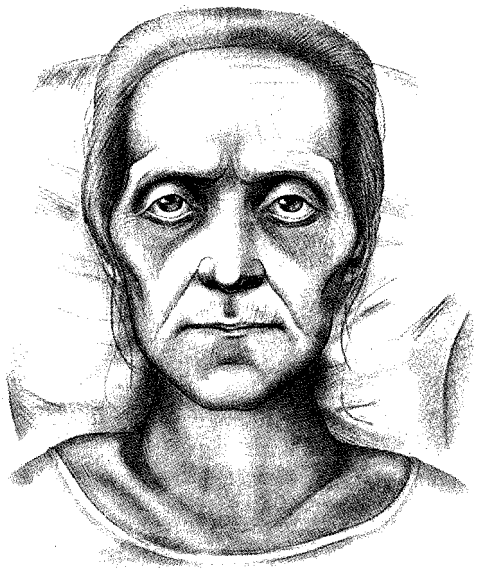
Un astfel de semn este și fața hipocratică, o serie de caracteristici faciale pe care le-a identificat Hipocrate în jurul anului 400 î.Hr. El a notat că, dacă observi „nasul ascuțit; ochii adânciți; tâmplele scobite; urechile reci și scofâlcite, cu lobii deformați; pielea feței rigidă, întinsă și uscată, iar fața străvezie sau pământie [...] și dacă nu sunt ameliorări, [...] trebuie să-ți dai seama că aceste semne prevestesc moartea“[1].

Chinezii văd în aceste modificări dovada pierderii de energie, provocată de orice, de la epuizare sau răceală la o boală terminală. Sigur, nu toți cei care sunt pe moarte manifestă exact aceste modificări, iar prezența a două sau trei dintre ele nu este o dovadă a iminenței morții. Dar dacă apar rapid și în combinație cu alte 5–6 semne, în special albirea buzelor și o nuanță cenușie între ochi sau în jurul nasului și bărbiei, atunci sunt indiciu puternic al sfârșitului vieții.

În iulie 2012, pe când lucram în Thailanda, tatăl meu a fost diagnosticat cu scleroză laterală amiotrofică (SLA), o boală degenerativă care afectează celulele nervoase din creier și din măduva spinării. Denumirea sa provine de la rădăcina grecească *myo*, adică „legat de mușchi“ și

trophikos, adică „legat de hrană", însemnând deci „lipsă de hrană musculară". Această lipsă de hrană provoacă întărirea, adică *scleroza*, marginilor (lateralelor) măduvei spinării, acolo unde sunt localizate celulele nervoase ce guvernează musculatura. Astfel, pacientul cu SLA își pierde capacitatea de a vorbi, de a se mișca și de a respira. SLA a afectat oameni faimoși, ca fizicianul și autorul Stephen Hawking, marele artist de jazz Charles Mingus și jucătorul de baseball Lou Gehrig, motiv pentru care afecțiunea se mai numește și boala Lou Gehrig.

După diagnosticare, speranța de viață a celor care suferă de SLA este de numai trei ani. Dar în acea toamnă, întorcându-mă acasă din Thailanda, am fost șocat să văd cât de mare era declinul tatălui meu. În cea mai mare parte a timpului, stătea într-un scaun cu rotile, dar au mai tot fost mici victorii, cum ar fi capacitatea de a-și mișca un braț



pentru o zi-două. În octombrie am observat schimbări pe chipul său. În primul rând era mai mult o mască, incapabil de expresii faciale.

Tata era mare fan James Bond. În noiembrie, când filmul *007: Coordonata Skyfall* s-a lansat la Karlsruhe, și-a dorit foarte mult să meargă să-l vadă. Așa că, împreună cu fratele și cu nepotul meu, l-am urcat în mașină, am luat și scaunul cu rotile și ne-am dus la cinematograful local. Pe când îl ajutam să se așeze în scaunul cu rotile, i-am văzut de aproape chipul și am fost dărâmat. Se vedea practic că nu mai avea niciun pic de energie. Asta înseamnă de regulă că moartea nu mai e la distanță de câteva săptămâni, ci de câteva zile — de regulă nu mai mult de 72 de ore.

I-am spus nepotului meu să-l conducă pe tata înăuntru, ca să pot sta de vorbă cu fratele meu, căruia i-am zis:

— Uite, dacă ai ceva important să-i spui tatei, fă-o în seara asta sau mâine. Nu mai amâna.

La început, n-a putut cuprinde cu mintea ce-i spuneam. După ce l-am făcut să înțeleagă ce-i spusesem, am intrat la film, dar nu m-am putut concentra. Nu-mi puteam lua ochii de la tata, încercând să-i asimilez prezența, să-mi imprim în creier imaginea lui. După film i-am spus că vreau să ne facem o fotografie. Ba chiar ne-am adunat toți trei în jurul scaunului său cu rotile și altcineva ne-a făcut câteva poze de grup. Știam că aveau să fie ultimele noastre fotografii cu tata.

A doua zi dimineață, când m-am trezit, am izbucnit în plâns — inconștient de doliu, dar probabil pentru că începeam să resimt pierderea. M-am dus să-l văd pe tata care, mi-a spus mama, transpirase toată noaptea — un semn final. Nu prea mai era timp să-i spun tot ce simțeam în inima mea, dar i-am arătat ultima mea carte și textul unui discurs pe care l-am ținut — în parte ca să-mi dea binecuvântarea lui și să fie mândru de mine, dar mai mult ca să-i reamintesc că eram capabil să preiau treburile familiei. Dat

fiind puternicul său simț al datoriei, știam că nu s-ar liniști niciodată dacă n-ar avea încredere că există cineva care să preia responsabilitatea și să aibă grijă de mama.

În acea noapte a murit. Am mai văzut semnele morții la oameni și înainte și le-am mai văzut și după aceea, dar să trăiesc experiența de a le vedea de aproape, în cazul cuiva drag, m-a făcut să capăt o înțelegere viscerală a semnificației lor. Nu sunt menite să ne sperie, ci să ne avertizeze. Prezența câtorva dintre semne ne spune că „energia, forța ta vitală este atacată". Prezența mai multor semne arată că recuperarea energiei nu mai este posibilă. Pacientului i se spune că este pe moarte, ca să accepte procesul aflat în plină desfășurare. Pentru ceilalți, semnele sunt un avertisment puternic în direcția împăcării cu situația, exprimării iubirii și aprecierii timpului rămas.

Capitolul 11
Dragoste

O întrebare pe care o primesc foarte des este „De ce mă îndrăgostesc de fiecare dată de persoane nepotrivite?" De obicei, motivul este că suntem atrași de personalitate, de calitățile înnăscute, dar în timp iese la iveală caracterul, care poate fi înșelător, rău sau doar plicticos.

Cele mai comunicative trăsături ale unei persoane — ochii și gura — ne atrag fără să ne dăm seama. Nimeni nu spune „Nu am putut rezista bărbiei sale" sau „M-am îndrăgostit de urechile ei delicate". Întotdeauna e vorba despre „acei ochi luminoși de căprioară" sau despre „acele buze moi" care ne fură inima. Simțim că acei ochi sclipesc doar pentru noi, ceea ce este adevărat. Când celălalt simte iubire, asta stimulează hormonii care generează acel luciu. Iar când persoana respectivă zâmbește și râde cu buzele întredeschise nu face practic decât să se deschidă față de celălalt. Și suntem captivați.

Însă caracterul, cizelat de influențe exterioare precum cultura, familia și experiențele de viață, presupune o legătură mai conștientă. Necesită o întâlnire a minților, o împărtășire a valorilor și așteptărilor. Ciocnirea dintre caractere este motivul pentru care relații aparent promițătoare nu merg.

Când acest lucru li se întâmplă oamenilor de câteva ori, le spun: „Nu da vina pe tine pentru aceste eșecuri". Oamenii reacționează la o atracție subconștientă reală

poate cu prea mult optimism. Însă găsirea unui caracter compatibil ține mai mult de noroc.

Efectuez multe citiri comune pentru cupluri — nu neapărat de dragoste, dar care să-mi permită să le observ interacțiunea. Așa cum vor arăta poveștile din acest capitol, felul în care oamenii se privesc unul pe celălalt, se ating și își oglindesc acțiunile dezvăluie forța legăturii lor. Uneori un cuplu manifestă neîncredere — ce doi nu se privesc în ochi și evită să se atingă —, dar asta nu înseamnă neapărat că relația nu mai poate fi salvată. Numai când a dispărut respectul — nu iau seama unul la cuvintele celuilalt și se tratează cu spatele sau microexpresiile lor arată dispreț —, consider că poate a venit timpul să renunțe la relație.

Ce anume determină compatibilitatea dintre două caractere? Cititorii de fețe sud-americani întreabă: „Vrei pe cineva care să fie exact ca tine și să ți se potrivească mănușă sau vrei exact opusul?"

Dacă alegi pe cineva exact ca tine, asta înseamnă că, inconștient, nu te aștepți să înveți ceva din relație. Orice fel de evoluție va trebui să vină din afară — un job dificil, un mediu provocator. Ai ales o relație care să-ți asigure o fundație solidă, ca o trambulină. Aș zice că 60% dintre noi alegem pe cineva asemănător.

Restul de 40% care aleg pe cineva opus se așteaptă ca relația să-i facă să evolueze; de fapt, să-i forțeze să evolueze ca lucrurile să meargă. Astfel de oameni își găsesc echilibrul la locul de muncă sau în alte preocupări care sunt constante și liniștite.

Relațiile pot să eșueze când viața personală și socială a oamenilor este mult prea asemănătoare, limitând oportunitățile de evoluție. Prea puțină provocare acasă și în lumea exterioară îi poate face pe oameni să caute

aventura sub forma relațiilor extraconjugale. (Adesea, ne vine mai la îndemână să-i găsim defecte partenerului decât să ne dăm demisia dintr-un job nestimulant.) Prea multe provocări și colo, și colo pot, de asemenea, să ducă la nefericire.

Apoi mai este și chestiunea nevoilor. Cei care trăiesc în pierdere au mereu nevoi, iar cei pe care-i atrag sau îi aleg când sunt în această stare s-ar putea să nu fie cei mai compatibili pe termen lung. Oamenii care sunt generoși în mod natural pot să-și găsească împlinirea având grijă de ceilalți, dar trebuie să fie atenți să nu piardă prea multă energie. Trebuie să se asigure că-și refac rezervele, primind la rândul lor.

Așa cum vor arăta poveștile din acest capitol, iubire înseamnă să fii sincronizat cu personalitatea partenerului, să găsești confort și să evoluezi lângă acea persoană, precum și să te simți în armonie cu caracterul său. Oamenii cu relații durabile de dragoste au de regulă aceste puncte în comun.

Unghii albastre

„Cum aș putea să-mi găsesc pe cineva?" este una dintre cele mai comune întrebări pe care le aud în postura de cititor de fețe. Adesea, cei care mă întreabă sunt persoane atrăgătoare și realizate, care nu par să aibă probleme în dragoste. Una dintre ele a fost o femeie din Australia, o directoare de vreo 30 de ani care a venit să mă consulte la Hong Kong. Mi-a spus:

— Sunt realizată și arăt foarte bine!

Chiar așa și era, avea un păr mătăsos, lung și blond, și o siluetă tonifiată, căci mergea la sală. Ciudat, dar nici măcar n-am observat toate astea la început, căci atenția mi-a fost atrasă de unghiile ei albastre.

— Și-atunci ce e în neregulă cu mine? N-am avut mai mult de câteva întâlniri în cinci ani.

Am vorbit despre chipurile de tip regal (King) la femei, iar ea avea un astfel de chip clasic: o structură osoasă puternică, gură mică și buze subțiri, ochi cu pupile mici și un zâmbet care făcea să se vadă o linie verticală coborând din centrul fiecărui obraz. Acestea sunt linii de comandă ce arată disponibilitatea de a lupta pentru dominație. Maxilarele sale erau pronunțate și musculoase. Astfel de maxilare bine dezvoltate pot să indice un nivel ridicat de testosteron sau o încordare mare, care te face să scrâșnești din dinți sau, în cazul femeilor foarte slabe, este un semn de bulimie. Indiferent de cauză, un maxilar puternic înseamnă forță — capacitatea de a mușca, de a rupe oase și de a devora prada — sau cel puțin o hotărâre nestrămutată.

Trăsăturile de tip regal nu sunt neapărat negative la niciunul dintre sexe, dar pot fi exprimate în câștig sau în pierdere. Unele dintre calitățile câștigătoare sunt abilitățile de lider, bunătatea față de „cei mărunți", siguranța de sine, stilul direct, creativitatea și capacitatea de gândire rapidă. Pe partea de pierdere pot fi agresivitate, încăpățânare și determinare; o persoană hiperanalitică și lipsită de emoții; înclinată către dependențe sau obsesii (sex, alcool și droguri sau care se agață de reguli și rutină, cum ar fi mersul la sală).

Microexpresiile clientei mele o situau pe partea de pierdere. Rareori zâmbea, dar avea niște expresii rapide și ascuțite ale gurii, împingând buzele în față. Își deplasa neîncetat ochii de la un obiect la altul prin încăpere. Părea că este în alertă de gradul zero, așteptându-se la un atac și fiind mereu gata de luptă.

În timp ce-i studiam fața, s-a scărpinat la nas și i-am văzut din nou unghiile. Culori ca albastru și negru sunt la modă, știu, dar nu mi-au distras niciodată atenția atât de mult.

I-am spus că-i sperie pe bărbați.

— Dacă pari agresivă, un bărbat cu o personalitate mai slabă ar putea crede că vrei să-i rupi capul.

— Nu vreau un bărbat pe care să-l intimidez. Vreau un partener pe măsură. Dar e adevărat că în cariera mea a trebuit să fiu o luptătoare.

— Un bărbat la fel de puternic ca tine va fi la rândul lui un luptător. Așa că va căuta echilibrul, acel yin pentru yang-ul său. Probabil că nu-și mai dorește încă un câmp de luptă. Trebuie să conduci cu partea ta mai relaxată și mai veselă.

A înțeles. I-am explicat că, pentru a stabili o legătură, ar trebui să înceteze să-și mai plimbe privirile de colo colo în acest fel și să aibă contact vizual cu un bărbat. În loc să-și țuguie buzele ca să-și spună părerea, ar trebui să le relaxeze conștient și să zâmbească, să pară primitoare. Ca să fie mai calmă, ar putea să recurgă la unele dintre ritualurile sale.

— Cititorii chinezi ai fețelor spun „Regele conduce de pe tron în partea a doua a vieții". Asta înseamnă că atunci ajunge în sfârșit să obțină suficient cât să-și deplaseze atenția de la crearea imperiului la alte domenii, ca iubirea. Trebuie să o lași un pic mai moale la muncă dacă vrei să găsești energie — și timp — pentru dragoste.

— Bine, o să încerc. S-ar putea să-mi ia o vreme să-mi schimb viteza. Dar există ceva simplu pe care-l pot face chiar acum și care să facă diferența?

— Da, i-am răspuns.

Trebuia să-i vorbesc despre unghii, pentru că, așa cum m-au învățat maeștrii mei, o trăsătură care-ți sare în ochi nu trebuie niciodată ignorată. Am continuat:

— Unghiile albastre la o femeie cu părul ondulat, buze pline și pupile mari — toate caracteristici feminine stereotipe — par artistice și simpatice. Dar la o femeie cu trăsăturile tale nu fac decât să sublinieze natura ta regală,

căci albastru este culoarea regalității. Arată amenințător. O ojă roșie, roz sau chiar și una sidefată îți va feminiza imediat aspectul.

— Hai că nu cred că citești și unghiile!

— Totul contează, i-am spus, gândindu-mă că de multe ori o singură chestie mai ieșită din comun poate să indice adevărul într-o situație.

— Păi, mă îndoiesc că bărbații chiar le observă.

— Nu merită să încerci? Este o schimbare atât de mică!

A acceptat cu greu și ne-am amuzat pe seama faptului că unei personalități regale îi este atât de greu să accepte un sfat!

Casnicul

Pentru mulți, căsnicia înseamnă atât de mult compania celuilalt, că se simt inconfortabil dacă trebuie să funcționeze individual. De aceea prietenii uneia dintre clientele mele, proprietara unei galerii de artă de succes și organizatoarea unor evenimente caritabile, nu-și puteau imagina de ce venea la fiecare vernisaj și la fiecare gală — și chiar la reuniunile familiale de sărbători — fără soțul ei. Oameni care o știau de ani buni nici măcar nu-l întâlniseră pe soțul ei.

Era asediată cu întrebări: Nu e ciudat să vii singură la un eveniment? Are vreun handicap? V-ați înstrăinat? Nu-l interesează munca ta? I se pare că e prea bun pentru noi?

Venise pentru o citire de nutriție, care s-a ramificat într-o discuție despre viață. Avea un chip oval (Jade) pur și trăia foarte în câștig. Bifase practic toate căsuțele specifice unui chip oval. Era scăldată în frumos, activând în lumea artei, și, prin intermediul galeriei sale, își împărtășea pasiunile cu ceilalți. Imaginația ei vie era stimulată de munca de caritate, reușind să creeze evenimente foarte

interesante de strângere de fonduri. Dar persoanele cu chip oval pot fi sensibile la critici, cum ar fi cicăleala prietenilor. Mai sunt înclinați și să facă prea multe compromisuri de dragul liniștii, ceea ce ar putea foarte bine să fie o problemă în relația cu soțul.

— El e mai ciudat. E ca un pustnic, îi place să stea în casă, nu e interesat de nimic social și nici măcar de artă. Am renunțat de mult să mai trag de el să mergem la teatru. Dacă l-aș forța să vină la vernisajele mele, ar ieși în evidență: singur și plictisit. Prefer să celebrez artistul expus și să stau de vorbă cu potențiali cumpărători decât să-mi fac griji pentru el. Iar oamenii pur și simplu nu înțeleg asta.

— Și el cu ce se ocupă?

— Are un job bun și muncește mult. În timpul liber e interesat de politică și de sport — lucruri care pe mine nu mă interesează. Plus că se mai învârte prin casă și repară de toate, chiar și mașina. Îi place să facă lucruri cu mâna lui și să rezolve probleme de mecanică. Chiar suntem genuri opuse.

— Multe femei s-ar plânge, dar tu pari fericită fie și numai când vorbești despre el.

— Sunt fericită. Mă face să mă simt cea mai vie femeie din lume. Nu vrea să stau acasă și să am grijă de el. Nu-l deranjează deloc când fac lucruri împreună cu prietenii. Când mă pregătesc să plec, aranjată toată pentru evenimente de elită, îmi spune cât de bine îmi stă și că e mândru de mine. Și îmi place să am sentimentul că el e acolo, o fundație foarte solidă, în timp ce eu umblu de colo colo. Orice s-ar întâmpla, știu că pot conta întru totul pe el.

— Uau! Mi-ar plăcea să-l cunosc pe acest bărbat extraordinar.

A râs.

— Mă îndoiesc că-l vei cunoaște vreodată. Dar uite o poză cu el.

Am fost fascinat să văd că avea un chip lat (Wall), o formă mai întâlnită în Asia decât în Europa. Este un chip mai mult lat decât lung. Toate calitățile pe care mi le-a prezentat despre el — un introvertit intratabil, dar de încredere și statornic, care adoră lucrurile concrete și practice (sportul și politica, nu artele), că este orientat spre scop și atras de problemele mecanice nesofisticate (repară lucruri) — alcătuiau o adevărată definiție de manual. Dacă e să descriu cel mai mare coșmar al cuiva cu un astfel de chip, acela ar fi să stea la rând în fața unui bufet suedez, organizat la o gală de proporții, alături de prietenele în rochie de seară și de prietenii în frac ai soției sale, oameni care abia așteaptă să-l cunoască. Am amintit de rândul din fața bufetului suedez pentru că persoanelor cu fața lată le place drumul simplu către scop — astâmpărarea foamei — și detestă să se confrunte cu opțiuni complicate.

Avea dreptate că probabil nu-l voi cunoaște niciodată, căci o persoană cu fața lată nu ar veni niciodată de bunăvoie la o ședință de citire a feței. Sunt persoane foarte pragmatice și raționale. Unul dintre sfaturile de viață pe care le-aș da cuiva cu chip lat ar fi: *Fă ceva ce nu are niciun sens; evoluezi dacă treci dincolo de logică.*

Acest bărbat pare că a făcut asta alegând o soție care să-l completeze: care avea o viață construită în jurul artei, plăceri abstracte și o implicare socială dinamică. Prin intermediul ei, era expus la domenii de viață la care altfel nu ar fi avut acces. Și el trăia în câștig.

Zicala „extremele se atrag" se aplică uneori cuplurilor care, în timp, ajung să se despartă din cauza diferențelor sau care rămân împreună numai pentru că unul dintre parteneri acceptă ca nevoile sale să fie complet eludate de către celălalt. Dar unii găsesc că o formă opusă de sensibilitate este stimulatoare sau este o fundație solidă, simțind adesea că au mereu ceva de învățat, ceea ce face ca relația să fie cu atât mai satisfăcătoare.

Nimeni nu ne poate spune ce tip de partener ni se potrivește cel mai bine: cineva suficient de asemănător cât să înțeleagă și să reafirme ceea ce suntem sau cineva a cărui fire diferită este și o provocare, și o sursă de inspirație. Dragostea e un mister.

Salvatorul

Uneori, oamenii au legături strânse care sunt menite să-i facă nefericiți. Este cazul unui cuplu din Amsterdam. Soția, având până în 40 de ani, venea adesea la conferințele mele. Stăteam de vorbă după aceea și părea atât de interesată de ceea ce făceam, că mă așteptam să-și facă o programare pentru o citire. Dar când, în sfârșit, a făcut-o, nu a fost pentru ea, ci pentru soțul ei.

Părea foarte nesigură când a făcut programarea, ceea ce m-a nedumerit. Se temea oare de ce anume aveam să-i spun soțului ei? Sau de ce anume avea să-mi spună el mie?

Când l-am cunoscut, m-a frapat cât de contradictoriu părea. Avea un chip pătrățos (Tree) clasic, alungit și lat, cu riduri ce formau un U de la gură până la bărbie. Dar comportamentul și trăsăturile sale erau ale cuiva cu chip regal (King). Avea un post de top la o bancă — un job de tip regal — și, la cei peste 50 de ani ai săi, musculatura unui obsedat de mersul la sală care se antrena în fiecare zi. Avea o gură de tip regal, cu buza inferioară mai groasă, iar cea superioară mai subțire; la fel era și barba sa, foarte aranjată, ascuțită la vârf și cu favoriți. Favoriții îl făceau chiar să semene cu cel poreclit Regele, Elvis Presley.

O persoană cu chip pătrățos care aspiră să fie regală nu e ceva atât de neobișnuit la un bărbat. Dar când a deschis gura să vorbească, a mai apărut un nivel de complicații. Vocea lui nu era de tip regal, ci moale și defensivă, ieșind dintr-o gură aproape închisă, la limita imobilității. Părea

că-și înghite cuvintele, nesigur dacă vrea sau nu să se facă auzit. Gura sa, care părea atât de țeapănă și de blocată, aproape incapabilă să sărute, sugera că avea probleme în viața sentimentală.

Când l-am întrebat dacă avea probleme în dragoste mi-a zis:

— Cum ai ghicit?

După ce i-am explicat, mi-a spus povestea căsniciei sale. Era de 20 de ani împreună cu soția sa, încă de când ea era adolescentă.

— Deși am părăsit-o o dată, când am prins-o că mă înșală. Dar după doi ani m-am întors. Nu am putut să stau departe de ea.

— Uau! Și-a regretat fapta?

— Nu, a negat-o. Am angajat un detectiv particular care a făcut fotografii. Dar nici dovezile n-au putut s-o convingă să recunoască. Cred că s-a simțit prea vinovată. Așa că n-am mai presat-o să-mi spună adevărul.

— Ai putut să o ierți?

Mă întrebam dacă acesta era secretul pentru care-și făcuse ea griji. Am continuat:

— Ați revenit la o viață normală de familie?

— În caz că mă întrebi dacă facem sex, răspunsul este nu. Nici n-am făcut vreodată. Am dormit mereu în camere separate.

— Și-atunci de ce v-ați căsătorit?

— Fără mine n-ar mai fi în viață.

Mi-a spus că, atunci când s-au cunoscut era o drogată. O știa din școala generală, dar nu s-au mai văzut când el a plecat la facultate. În acea perioadă ea a căzut pradă drogurilor, devenind dependentă de heroină. Asemenea unei persoane tipice cu chip pătrățos, a vrut să o salveze. A cules-o literalmente de pe străzi.

— Am forțat-o să se ducă la dezintoxicare. De mai multe ori. Ciclul recăderilor ei ne afecta pe amândoi. În cele din

urmă, a luat o supradoză și a ajuns la spital. Asta a zguduit-o și, la îndemnul meu, a fost în sfârșit de acord să urmeze un tratament. Ea e prima care recunoaște că i-am salvat viața.

Ca un rege, patriarhal aproape.

— Așa că s-a căsătorit cu tine. Și nici atunci n-ați făcut sex?

— Nu prea. La început nu am vrut să-i stric echilibrul. Apoi, când a devenit mai stabilă, nu mi-a putut satisface nevoile sexuale.

— Poate că te-a înșelat ca să vadă dacă putea satisface un bărbat? Sau poate pentru că avea nevoie de afecțiune?

Mă simțeam deja încurajat să pun asemenea întrebări. Am continuat:

— Care a fost problema?

— Am nevoie de o femeie care să mă domine în pat. Ea nu reușea. Nici acum nu reușește.

Încă un strat de contradicție nebunească! Se îndrăgostise de el pentru că-i salvase viața, o legătură viscerală, aproape de nezdruncinat. Salvând-o, s-a comportat ca o persoană cu chip pătrățos, iar apoi, când a forțat-o să se interneze la dezintoxicare, s-a comportat ca o persoană cu chip regal, poate chiar și mai autoritar. Cum putea ea să înțeleagă faptul că, în pat, el era exact opusul bărbatului pe care-l cunoștea?

În schimb, el s-a îndrăgostit de o femeie care avea nevoie de el ca să supraviețuiască. Faptul că a salvat-o făcea parte integrantă din personalitatea lui, desigur, ca expresie a naturii sale combinate. Cum se putea aștepta ca aceeași femeie să-și asume în pat un rol cu totul opus motivului pentru care a ales-o?

Erau blocați, legați de faptul că a salvat-o, dar așteptându-se fiecare la ceva ce partenerul nu-i putea oferi.

I-am explicat toate astea.

— Și cum reușiți să trăiți împreună? Nu v-ați simți mai împliniți dacă ați fi de acord să vă apreciați trecutul, dar să mergeți mai departe?

— Am încercat asta. Dar ne-am reîntors unul la celălalt.

În acel moment s-a oprit și a pus capăt ședinței. Nu aveam cum să mă opun. Îi oferisem explicațiile mele și nu puteam decât să sper că aveau să-l pună pe gânduri. Câțiva ani mai târziu, când am întâlnit-o din nou pe soția lui, erau în continuare căsătoriți.

Să fi fost ea oare atât de anxioasă în legătură cu sesiunea de citire la gândul că soțul ei avea să-mi dezvăluie secrete urâte — infidelitatea ei, dependența ei? Se temea oare că evaluarea mea avea să-i dea soțului ei forța necesară ca s-o părăsească din nou? Sau se temea că aveam să validez cumva dorința lui de a rămâne cu ea, împiedicând eliberarea pe care ea și-o dorea de atâta vreme?

Mincinosul

Adesea, îmi întreb clienții: „Cât de bine te cunoști?" Sunt șocat de fiecare dată când oamenii spun: „Sută la sută!"

Estimez că mă cunosc în proporție de 80%, așa că în 20% din timp mă surprind pe mine însumi, pozitiv sau negativ. Și-atunci, cât de bine îți poți cunoaște partenerul sau chiar soțul/soția? Cred că 50% e destul de bine când vine vorba de latura inconștientă a celor cu care ne împărțim viața.

Dar e oricum mai mult comparativ cu orice altă persoană din afară, ca un terapeut sau un prieten (sau un cititor de fețe). Așa că le spun mereu clienților să aibă încredere în intuiția lor îndată ce au stabilit că aceasta vine cu adevărat din cunoașterea partenerului, și nu din cine știe ce nemulțumire sau nesiguranță proprii.

A venit la mine o femeie și mi-a cerut să citesc fotografia unui bărbat, iar primul meu gând a fost: „Pe bune? Mă

testezi?“ Tot ce-am putut vedea în imagine era o cană de cafea și, în spatele ei un scalp chel și doi ochi.

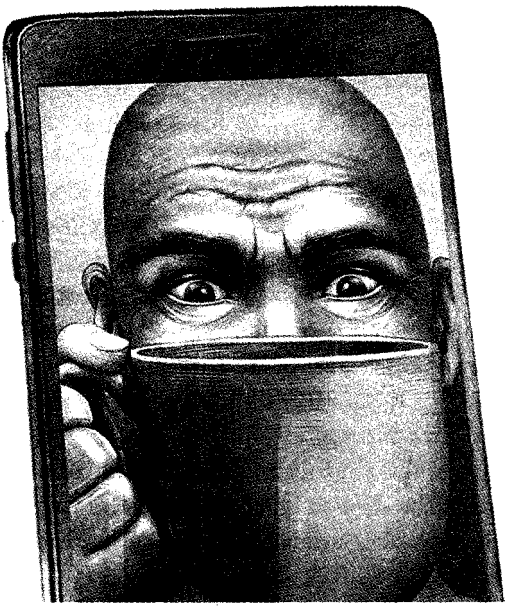
— Văd că bea cafea, i-am zis amuzat.

— Îmi pare rău. Este singura fotografie pe care o am. Te rog, chiar am nevoie de părerea ta.

M-am uitat mai bine la poză. Evident, ținând cana astfel, bărbatul a creat intenționat o barieră. Am văzut adesea această tactică în colaborările mele cu poliția — cineva care nu spune adevărul sau care se ferește dintr-un motiv ori altul ridică de regulă un zid, în orice fel poate să o facă — ține în sus un pix sau o foaie de hârtie, de exemplu. Dacă ești la o întâlnire și partenerul tău aliniază solnițele cu sare și piper între voi, nu este un semn bun. Tot așa, nu e semn bun nici dacă șeful tău deschide laptopul tocmai când ai adus vorba de o mărire de salariu. Gestul bărbatului din fotografie, de a-și bloca fața cu cana de cafea, era și mai emfatic.

Dar, chiar și din spatele cănii de cafea, am putut să-mi dau seama de câteva trăsături care meritau analizate. Bărbatul avea patru sau cinci riduri verticale între ochi, intersectate din loc în loc, deasupra sprâncenelor, adică în zona materială, de câteva fragmente oblice. Nu aducea deloc cu tiparul de caroiaj ce denotă talent matematic. Era mai mult un amestec dezordonat ce sugera o gândire imprevizibilă — poate agresivă, poate benignă, dar cu siguranță nu concentrată și armonioasă.

Avea o privire provocatoare și pupile înguste, dure. Și mai semnificativ, am putut vedea un pic din sclerotică deasupra irisului. O sclerotică vizibilă deasupra irisului semnifică emoții negative ca gelozia sau furia, ca și cum greutatea ostilității ar apăsa pe iris, forțându-l să coboare spre partea de jos a globului ocular. Bărbatul din imagine era furios, poate doar pe moment, dar, date fiind și celelalte semne, mai probabil că era o chestiune de temperament.



Un lucru pe care i-l puteam spune sigur femeii a fost următorul:

— Eu n-aș avea încredere în acest bărbat.

— Așa mă gândeam și eu. Este soțul meu. Toată lumea zice că sunt nebună — că e atât de fermecător și de blând —, dar în ultima vreme are ceva rece și rău în el.

Oh, nu! mi-am zis. *Distrug o căsnicie din cauza câtorva trăsături din spatele unei căni?*

Am început să spun:

— Ar trebui să-i văd întreaga față înainte să trag vreo concluzie...

Dar m-a întrerupt:

— Nu e nevoie. Am un sentiment intim că e ceva în neregulă. Nu aveam nevoie decât de confirmarea faptului că e rezonabil să mă îndoiesc de el.

Faptul că i-am validat impresiile i-a dat forța de a-și înfrunta soțul. Erau căsătoriți doar de patru ani, dar el a

recunoscut că în ultimii doi ani se văzuse cu altă femeie. Din păcate, intuiția ei (și bănuiala mea pe baza puținului pe care l-am putut vedea) s-a dovedit corectă. N-am aflat ce s-a întâmplat până la urmă, dar experiența subliniază o lecție importantă atât pentru mine, cât și pentru clienții mei: „Ai încredere în tine".

Alegerea

Cu toții putem recunoaște tristețea punctuală, când o vedem — capul plecat, ochii privind în gol, urme de lacrimi —, dar și suferința pe termen lung se reflectă pe față. În primul rând, mușchii faciali nu sunt foarte flexibili. E nevoie de peste 30 de mușchi pentru a râde sau pentru un sărut pasional. De aceea sărutul și râsul sunt atât de sănătoase. Când acești mușchi rămân nefolosiți, seria lor de mișcări devine din ce în ce mai limitată.

Am observat acest tip de rigiditate pe chipul unei femei care a venit pentru efectuarea unei citiri. Avea peste filtrum un rid orizontal, ca o buturugă în drum. De asemenea, de la colțul unuia dintre ochi avea un rid care-i ocolea orbita și cobora pe obraz — străbătând „perna puterii" — ca o urmă de lacrimi. Ambii săi ochi erau înroșiți și apoși.

— Aș vrea să discutăm despre nutriție, mi-a zis ea și am rămas împietrit.

Avea o piele uniformă, de o culoare și o textură perfecte. Deși se apropia de 50 de ani, nu avea cearcăne, nici pleoape umflate și nici pielea lăsată pe obraji. Îmi venea să-i spun: „Orice ai mânca, ține-o tot așa. E foarte bine!"

Dar mi-am mușcat limba și am studiat-o mai îndeaproape. Rareori merg atât de departe încât să le spun clienților ce fel de citire ar trebui să urmărească. De exemplu, dacă o persoană vrea o consultație pentru Scopul în viață, nu-i spun: „Nu, hai să ne concentrăm pe sănătate", deși îi

recomand să meargă la medic pentru problemele pe care le depistez. Dar, în acest caz, pe chipul femeii se vedeau semne atât de clare de suferință, că am fost nevoit să o întreb:

— Nu vreți mai bine să discutăm despre iubire?

Luată pe nepregătite, a izbucnit în lacrimi — hohote intense, zguduitoare, pe care părea că le reprimase zeci de ani. Asta și făcuse, după cum s-a dovedit. N-am putut decât să murmur cuvinte de liniștire. În cele din urmă, furtuna odată trecută, mi-a zis:

— Mulțumesc. Probabil că ai intuit ceea ce nici eu nu mi-am dat seama. Motivul real pentru care am venit.

Cu vreo 20 de ani în urmă, avusese o aventură pasională cu un bărbat mai tânăr. Era un mecanic chipeș, iar ea, o studentă promițătoare. Prin activitatea sa școlară i-a atras atenția unui profesor cu 10 ani mai în vârstă, care era fermecător și realizat. Când acesta a invitat-o în oraș, a acceptat, flatată, deși legătura fizică s-a dovedit a fi „doar în regulă".

Pentru o vreme, s-a văzut cu amândoi.

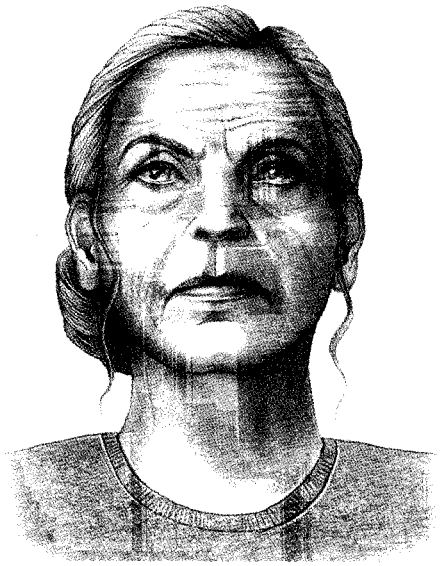
— Dar n-am mai rezistat. Eram la o vârstă când simțeam nevoia să mă așez la casa mea. Așa că trebuia să iau o hotărâre — să rămân cu mecanicul, care mi se părea iubirea vieții mele, sau să mă căsătoresc cu profesorul, cu care eram compatibilă intelectual și care era respectabil și bun.

A făcut alegerea mai sigură. În câteva luni a rămas însărcinată, dar, înainte ca fiul ei să se nască, profesorul a fost diagnosticat cu scleroză multiplă. În scurt timp a rămas țintuit la pat, așa că ea și-a abandonat cariera academică pentru a-și susține familia din salariul ei de logoped.

— Băiatul meu, care are 16 ani, este motivul meu de mândrie și de bucurie, dar mi-a fost greu să-l cresc singură. Soțul meu, care e complet paralizat, este o altă problemă.

S-a resemnat cu viața pe care a dus-o, dar apoi, într-o bună zi, a dat peste acel mecanic pe stradă.

Au râs și au plâns de bucurie că s-au reîntâlnit. Au stat cinci ore la o cafenea și și-au povestit viețile. Și el era



căsătorit, avea trei copii pe care-i iubea la nebunie, deși se îndepărtase de soția lui. Când și-au luat rămas-bun au făcut schimb de numere de telefon.

În seara următoare a primit un mesaj. „Încă te iubesc", i-a scris el.

Ea i-a răspuns: „Te iubesc. Întotdeauna te-am iubit".

Mi-am dat seama că-mi țineam răsuflarea, temându-mă de întrebări de tipul: „Ce-ar trebui să fac? Ar trebui să-i cer să-și lase nevasta și copiii? Ar trebui să-mi abandonez soțul? Putem să ne trăim iubirea de la zero?"

Din fericire, nu m-a întrebat nimic, ci mi-a zis în schimb:

— Mulțumesc că m-ai ascultat. N-am spus asta nimănui niciodată — nici prietenelor mele și, bineînțeles, nici băiatului meu. Sunt atât de recunoscătoare că mi-ai văzut suferința și mi-ai îngăduit să o exprim. Fie și numai să-mi spun povestea a însemnat pentru mine o mare ușurare.

ANATOMIA LEGĂTURII AFECTIVE

Sunt consultat adesea în legătură cu probleme relaționale, atât turbulențe active, cât și senzații mai subtile de înstrăinare sau de separare. Cuplurile care doresc să rămână împreună merită să încerce una sau mai multe dintre strategiile fizice următoare, care ajută la restabilirea legăturii afective:

- Priviți-vă în ochi. Prin asta vreau să spun să stați față în față într-un loc liniștit, departe de orice fel de distrageri, și să vă uitați unul în ochii celuilalt. Nu trebuie să vă atingeți, dar rezistați nevoii de a râde (e OK să zâmbiți) sau de a vă retrage mental. Susțineți-vă privirile cât de mult puteți — trei minute la început, apoi cinci sau mai multe — cu cât mai mult, cu atât mai bine. Acest exercițiu declanșează în fiecare dintre voi secreția puternicului hormon oxitocină, ce susține legătura afectivă. Îndemn cuplurile să facă acest exercițiu o dată pe săptămână.
- Atingeți-vă în trecere. Ori de câte ori sunteți unul în apropierea celuilalt, aveți grijă să vă atingeți. Nu trebuie să puneți mâna unul pe altul, să vă țineți de mână sau să faceți ceva spectaculos, ci doar să vă atingeți pentru o clipă. Asta dă naștere unei legături senzuale între voi.
- De două ori pe zi — când vă duceți la culcare și când vă treziți — mirosiți-vă frunțile în apropiere de linia părului. Mirosul unic al fiecăruia, generat de hormoni, transpirație

și așa mai departe, emană din acel loc. Dacă iubești pe cineva, poți deveni dependent de acest miros. Dacă nu, atunci poate să devină respingător.

Evident, aceste strategii nu pot să rezolve niște neînțelegeri grave, pentru care poate că este nevoie de terapie, dar pot să reafirme legătura viscerală care să facă să merite căutarea unei soluții.

Una dintre cele mai puternice afirmări ale legăturii afective este, desigur, sărutul. Unde și când vă sărutați e semnificativ pentru cititorii de fețe.

- Un sărut pe frunte este, pentru cititorii de fețe, cea mai înaltă expresie a iubirii. Fruntea este partea osoasă care protejează creierul, loc al tuturor gândurilor și emoțiilor. Mai are și linia părului în partea de sus, unde se poate simți mirosul persoanei respective. A săruta pe cineva pe frunte — sau a vă apropia frunțile una de alta — este o acceptare directă a celuilalt, trup și suflet. Marea pasiune a unui astfel de sărut este greu de mimat.
- Gura este locul cel mai uzual pentru sărut, deși, într-un anumit fel, nu are sens să-ți pui buzele pe orificiul sistemului digestiv al cuiva. În tradiția chineză, un sărut pe gură înseamnă dorință sexuală. Mai poate să însemne și iubire, desigur — gura este locul comunicării —, dar să ne gândim la cât de des se sărută oamenii pe gură cu persoane de care nici măcar nu le place!

- Sărutul pe pleoape este un gest ocazional, nu ceva ce oamenii fac zi de zi. Poate să indice și mai mult dorința de a fi apropiat de celălalt decât sărutul pe frunte, căci ochii sunt oglinda sufletului.

Pasiune

În Orientul Mijlociu am întâlnit o femeie de vreo 20 de ani care, așa cum e obiceiul acolo, locuia încă alături de părinți. Prietenul ei, care tocmai o ceruse în căsătorie, era un bărbat mai în vârstă, proaspăt divorțat, cu doi copii și un job de top, care-l obliga să călătorească de pe un continent pe altul. Dornică să plece de acasă și să aibă viața ei, era încântată că a găsit un bărbat cu care avea (conform spuselor ei) o legătură spirituală puternică. Păreau compatibili, conform citirii separate a Scopului în viață pe care i-am făcut-o fiecăruia. Apoi însă au vrut o citire relațională comună, ca să aibă o perspectivă asupra logodnei lor.

Privindu-i cum stau unul lângă altul și cum interacționează, am fost deziluzionat. Fiecare vorbise despre bucuria pe care i-o aduce relația — spunându-mi ce norocoși erau că s-au găsit —, dar în mintea mea vedeam numai semne de exclamare! Detestam că trebuia să le spun: „Îmi pare rău! Știu că aveți multe în comun, dar nu văd mari perspective pentru căsnicia voastră".

Au fost șocați. Bărbatul s-a simțit insultat și chiar mi-a pus la îndoială abilitățile. I-am răspuns:

— Nimic nu este sigur, inclusiv validitatea opiniei mele. Dar, dacă vreți o citire, nu pot decât să vă spun adevărul. Depinde de voi dacă-l acceptați sau nu.

— Bine, spune-ne! au insistat.

Forma feţelor lor a fost primul lucru pe care l-am menţionat. Bărbatul, deloc surprinzător pentru un om de afaceri, avea un chip regal (King), cu maxilare puternice, pomeţi proeminenţi şi ochi mai degrabă mici. Femeia avea un chip angular (Fire) tipic, cu frunte largă, bărbie ascuţită şi o dorinţă intensă de a se face plăcută. Dar niciunul dintre ei nu era implicat constructiv, date fiind microexpresiile lor.

Bărbatului i-am spus:

— Când mă concentrez la prietena ta, tu ridici un colţ al gurii, îţi îngustezi ochii şi te uiţi când la mine, când la ea. Arăţi furios şi posesiv, de parcă ai fi gelos.

— O, dar este gelos! a spus femeia. Chiar acum pe drum încoace s-a aprins pentru că a avut impresia că taximetristul s-a uitat la mine în oglinda retrovizoare. Ieri, la restaurant, s-a enervat când i-am adresat două cuvinte ospătarului care arăta bine. Ba chiar nu-i place să chicotesc cu prietenele mele.

Bărbatul a suspinat şi a recunoscut:

— Presupun că sunt gelos. Nu ştiu de ce. Nu m-am mai simţit aşa până acum, nici măcar cu fosta mea soţie.

Logodnica lui a râs. Apoi am intervenit şi am zis:

— Nici tu nu eşti chiar atât de sigură. Felul în care te uiţi la gura lui înseamnă că speri să primeşti un semnal de intimitate, de liniştire. Pun pariu că eşti bănuitoare şi-l verifici tot timpul.

Acum bărbatul a fost cel care a râs.

— O, da! Cum las telefonul din mână este călare pe el. Când vede că m-a sunat nevastă-mea, vrea să ştie fiecare detaliu: ce-a zis, ce-a vrut.

Dificultatea unei persoane cu chip angular este să-şi depăşească îndoiala de sine şi neîncrederea cronică. Trăind exclusiv în casă, această femeie nu învăţase să aibă încredere în ea însăşi, cu atât mai puţin într-un bărbat de 40 şi ceva de ani, cu obligaţii familiale şi care era mereu plecat.

Cât despre logodnicul ei, având un chip regal, trebuia să reziste agresivității și nevoii de a-i domina pe ceilalți. În loc să se conecteze în câștig, nu făceau decât să-și scoată unul altuia la iveală defectele.

Felul în care se priveau a venit cu încă un indiciu major. Oamenii tind să-și afirme legătura afectivă prin ceea ce se cheamă „priviri triangulate". În loc să se uite direct în ochii celuilalt, tind să se uite la un ochi, apoi la gură, apoi la celălalt ochi și o fac rapid și inconștient. Cel care primește o privire triangulată poate să o oglindească sau poate să reacționeze ridicând ușor din sprâncene și întredeschizând buzele ori făcând alt gest stimulativ. Aceste mișcări stimulează hormonii legăturii afective.

Dar acest bărbat se uita de la ochi la partea de sus a pieptului femeii și apoi revenea la celălalt ochi. Această privire transmite mai degrabă dorință sexuală decât iubire — nu pentru că se uită la bustul ei, deși unii bărbați fac și asta, ci pentru că sare peste gură, care este portalul comunicării. Mai mult o admiră, decât să întrețină cu ea o legătură afectivă. Reacția ei, de a se uita la gura lui, sugerează dorința ei anxioasă de conectare cu el.

Explicându-le aceste semne, le-am spus:

— Vă înțeleg atracția. Văd că personalitățile voastre se pot împleti. Dar legătura dintre voi ține mai puțin de iubirea adevărată și mai mult de un fel de pasiune, care în germană este exprimată prin cuvântul *leidenschaft*. Înseamnă „care aduce suferință".

Bărbatul mi-a pus o întrebare interesantă:

— Dar, ca să avem o legătură mai strânsă, ce-ar fi dacă ne-am muta într-un alt oraș? Ca Londra, de pildă, unde e unul dintre birourile firmei mele, departe de distragerile reprezentate de familia mea și de prietenele ei? Ne-ar prinde bine?

— N-am cum să prevăd asta, am fost nevoit să-i spun. Dar tot va trebui să călătorești, iar a locui într-un loc străin

poate să o facă pe ea și mai nesigură, plus că la Londra ar fi o grămadă de bărbați care să te facă gelos.

Am accentuat că nu știu să le spun ce să facă, deoarece, dat fiind rolul meu de Mesager, nu puteam decât să le descriu ceea ce văd. Am reiterat că nu puteam garanta că este corect, că ținea de ei să-și examineze relația și să decidă cum și dacă o pot îmbunătăți. Au plecat puși pe gânduri și puțin cam abătuți.

După câteva luni am avut vești de la fiecare dintre ei, separat. Se despărțiseră, mi-a spus femeia, din cauza geloziei lui:

— Tot îmi spunea cum să mă port. Mă simțeam ca o fetiță.

Bărbatul a avut o altă perspectivă: își dăduse seama că era vulnerabil și confuz după divorț și că nu era pregătit să se recăsătorească.

Se pare că niciunul dintre ei nu a regretat despărțirea, căci ambii mi-au mulțumit. Sau, cum s-a exprimat bărbatul:

— Fie și numai să te aud spunând cu voce tare care sunt problemele noastre a fost terapeutic.

Reaprinderea pasiunii

Privirea triangulată a fost un element foarte important al citirii pe care am efectuat-o pentru un cuplu din New York. Înainte, venise fiecare, individual, pentru o citire de nutriție, dar acum voiau o perspectivă asupra relației lor. Adesea, fac citiri relaționale cu unul dintre membrii unui cuplu și o fotografie a celuilalt. Dar, pentru că-i știam pe amândoi, am recomandat o citire comună, care putea oferi informații mai profunde.

— Bine, a zis soția. Dar trebuie să-ți spunem că suntem în divorț.

Asta m-a șocat. În primul rând, vestea în sine m-a surprins; în al doilea rând, m-am întrebat ce mai sperau să obțină de la o astfel de citire doi oameni care se despărțeau.

— De cât timp sunteți împreună? i-am întrebat.

— De peste 20 de ani, mi-a spus ea. Și suntem căsătoriți de 10 ani.

Mă așteptam ca mai mult ea să vorbească, având chip de Dragon, adică o combinație între trăsături de tip regal (King), oval (Jade) și angular (Fire). În mitologia chineză, Dragonul are o personalitate foarte puternică. Persoanele cu un astfel de chip tind să rezolve probleme și să domine în relații. Soțul avea un chip pătrățos (Tree) tipic, sugerând că este un singuratic, căci copacul (tree) este protejat de scoarță. Asemenea unui copac, părea că prinsese rădăcini în fața mea, pierdut în gândurile sale. Am spus:

— Există vreun motiv pentru care divorțați acum? Posesivitate? Infidelitate? Vreo ceartă de proporții?

— O, nu! Nimic de acest gen.

Ea stătea lângă el, foarte aproape, dar fără să se atingă, iar în timp ce vorbeau continuau să facă schimb de priviri.

— Suntem ca niște colegi de cameră, a spus ea. E o tovărășie confortabilă. Dar sunt ani întregi de când nu ne-am mai conectat la niciun fel de nivel intim. Nu vorbim decât despre chestii cotidiene, gen: „Ai luat lapte?“ sau „Ai văzut unde mi-am lăsat umbrela?“ Nu avem copii care să ne țină împreună. Pare că ne-am pierdut interesul unul pentru celălalt.

Între sprâncene aveau amândoi riduri verticale paralele și adânci, semn că ambii erau firi foarte gânditoare și pragmatice. Asta m-a făcut să bănuiesc că ajunseseră să ia hotărârea de a se despărți mai degrabă rațional, decât din inimă. Înainte și după ce lua cuvântul, soția își obținea confirmări vizuale de la el, iar el devenea tot mai destins la față pe măsură ce o asculta. Era clar că se prețuiau unul pe altul. Le-am spus:

— Cred că sunteți nebuni să vă despărțiți. Vă simțiți atât de bine împreună și anticipați gesturile celuilalt. Păreți a fi pe aceeași lungime de undă. Cred că i-ar fi greu oricăruia dintre voi să mai găsească vreodată un astfel de partener.

— Dar nici măcar nu mai facem sex, a spus soția.

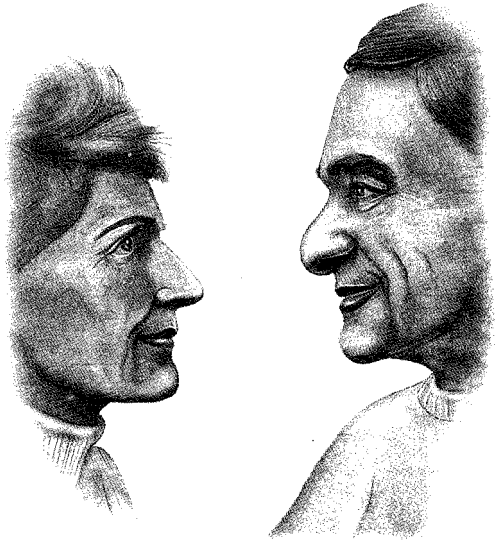
— Asta poate fi dureros, le-am spus amândurora. Vă poate face să vă simțiți înstrăinați.

Le-am povestit despre privirea triangulată și de cât de des am observat-o în interacțiunile lor.

— Asta înseamnă că nu sunteți înstrăinați din punct de vedere fizic. Aveți o relație strânsă. Chiar și pentru cineva din afară, aveți o legătură perceptibilă, evident senzuală. Or mai fi rămas niște tăciuni peste care să suflați și să se aprindă între voi ca să învățați din nou să faceți sex.

Bărbatului i-am spus:

— Tu ai un chip pătrățos, deci poți fi inflexibil și pasiv. În loc să faci un efort, tinzi să aștepți, în speranța că



problemele vor trece de la sine. Acum e momentul ori să acționezi tu însuți, ori să-ți urmezi soția.

Femeii i-am spus:

— Tu ai chip de Dragon, cel care rezolvă problemele. S-ar putea ca inițierea schimbării să depindă de tine. Cel de lângă tine îți este loial și devotat. Probabil că e prea cu picioarele pe pământ ca să vină cu vreo idee. Dar va reacționa dacă-l scuturi puțin.

Au râs la această imagine, apropiindu-se și mai mult. Am continuat:

— S-ar putea să nu mai faceți sex ca la 20 de ani, chiar dacă în cultura noastră se spune că este posibil sau că așa ar trebui. Dar scopul nu e atât simplul fapt de a face sex, cât reîmprospătarea relației voastre. Dacă v-ați pierdut interesul unul pentru celălalt, încercați să vă reaprindeți pasiunea de a-l descoperi. Poate printr-o schimbare de peisaj — plecați într-o călătorie exotică sau mergeți la un curs. Merită să reinvestiți într-o iubire ca a voastră înainte să luați decizia de a vă despărți. În plus, i-am spus soției, Dragonii nu renunță atât de ușor. Sunt perseverenți.

Femeia l-a mângâiat pe soțul ei pe braț, apoi l-a luat de mână. El i-a strâns-o ca pe un dar prețios și i-a zâmbit. Când au plecat, păreau profund ușurați, de parcă povara grea a propriilor lor așteptări li se ridicase de pe umeri.

Capitolul 12
Percepția altora

Cum suntem percepuți? Când începem să-i privim pe ceilalți în mod conștient, admițând faptul că există și fără cuvinte un schimb constant de informații, e natural să ne întrebăm cum ne văd ei pe noi. Se poate chiar să le influențăm impresiile. Așa cum va reieși din acest capitol, în evaluarea unei persoane contează orice indiciu.

În capitolul 7, „Lumea expresiilor faciale", am discutat despre indiciile comunicative, ca gesturile și expresiile faciale. Dar mai există și indicii neintenționate care ne învață ceva despre o persoană.

Modul în care acea persoană merge, de exemplu. În Asia mai ales, multe femei își ating genunchii unul de altul când merg, deplasându-se cu pulpele apropiate și tălpile mai îndepărtate. Asta înseamnă lipsă de încredere în sine, interiorizare și dorința de a nu atrage atenția asupra propriei persoane. Un mers obișnuit, cu picioarele paralele, nu transmite foarte mult, după cum nici un pas larg în cazul unei persoane corpolente, care probabil că încearcă să-și mențină echilibrul. Dar la o persoană medie mersul cu pași mari este o declarație: „Iată-mă! Fă-mi loc! Eu dețin controlul!" Dacă ar trebui să evaluez o astfel de persoană pentru un rol de conducere, un astfel de mers ar fi un semn bun. Dar, pentru un job mai puțin important, m-aș întreba dacă nu cumva persoana respectivă s-ar simți constrânsă.

Mâna dominantă este încă un indiciu important. Numai 10–15% din populația globului este stângace, dar acest procent e mult mai ridicat în rândul persoanelor foarte competitive. Jumătate dintre președinții americani de după al Doilea Război Mondial au fost stângaci: Harry Truman, Gerald Ford, Ronald Reagan (ambidextru), George H.W. Bush, Bill Clinton și Barack Obama. Alți stângaci celebri sunt Steve Jobs, Bill Gates, Mark Zuckerberg, Oprah Winfrey și Ruth Bader Ginsberg (femeile sunt, statistic, mai puțin predispuse să fie stângace decât bărbații), precum și mulți muzicieni, printre care Paul McCartney, Ringo Starr, David Bowie, Kurt Cobain și Lady Gaga. În unele sporturi, stângacii au un avantaj, așa că nu e surprinzător că mulți dintre cei mai buni, de la Babe Ruth în baseball la campionii din tenis John McEnroe, Jimmy Connors și Monica Seles, sunt stângaci.

Nu toate persoanele stângace sunt oameni de succes, desigur. Plus că sunt bine reprezentați și la capătul opus al spectrului realizărilor și sunt mai predispuși către anumite probleme fizice și mentale. Însă există multe dovezi că acești oameni gândesc diferit. Ei procesează informația mai rapid și, în loc să atace o problemă cu partea stângă, cea logică, a creierului, vin adesea cu soluții noi, intuitive. Pot să fie vizionari și să-i inspire pe ceilalți.

Poveștile de mai jos pun la dispoziție ceva mai multe observații de care să ținem seama în evaluarea pe care o facem oamenilor și pe care și aceștia, la rândul lor, le pot depista la noi.

Stilul personal

Indiferent dacă ești bărbat sau femeie, părul este asemenea unui afiș care-i arată lumii identitatea proprie.

Modul în care ne purtăm părul e foarte personal, într-o măsură atât de mare că pare aproape de neînțeles. Eu am o înfățișare destul de comună, dar am avut un șoc într-o zi, pe când lucram în Hawaii. Disperat să mă tund, am ajuns la frizeria unui hotel de lux. Stilistul, care ar fi fost dezgustat de termenul „frizer", mi-a separat părul în două și a început să taie din el. Am crezut că mă tunde pur și simplu până când mi-am dat seama că mă STILIZA, cu litere mari: lăsându-mi tot părul pe-o parte — partea greșită — fără niciun fir pe frunte și dat cu gel ca să stea.

— Arată bine, mi-a zis el.

— Poate la altcineva, dar nu și la mine.

Am început o discuție filosofică despre tunsori, eu insistând că un stil nu este „bun" dacă nu se potrivește personalității clientului. I-am spus:

— O tunsoare înseamnă ceva. Are un rol uriaș în modul în care suntem percepuți.

Stilistul a fost oarecum de acord, dar m-a provocat să-i dovedesc că aveam dreptate: „să percep" natura următorului client care avea să vină numai în funcție de părul acestuia, fără să țin seama de alte trăsături ca ochii, gura și forma feței.

La început, am fost un pic agitat. De obicei, părul este o trăsătură suplimentară care rafinează ceea ce vedem la trăsăturile primare. Dar am avut noroc cu următorul client, că avea barbă, o mare sursă de informații, și un păr care era deosebit de revelator.

Tipul avea până în 30 de ani, fiind șaten, cu părul până la umăr și cărare pe mijloc. Părul său avea firul drept pe scalp și pe părți și se ondula la vârfuri. Partea de sus sugera perfecționism, contrazis de cârlionții zbârliți și oarecum lungi, indicator tipic de romantism, sensibilitate și idealism. Fruntea i se termina la linia părului, și acesta fiind un semn de creativitate și profunzime.

Nu avea sprâncenele egale, având una compactă pe dreapta și una întreruptă pe stânga, ce avea la capătul

interior un mic ciuf, separat de sprânceana în sine. Un ciuf separat în acest fel de sprânceană înseamnă o ruptură între individ și cultura sau familia sa de origine. Faptul că apărea pe stânga (guvernată de partea dreaptă a creierului, cea a imaginației și sentimentelor) însemna că era separat sau nesusținut de oamenii față de care avea cele mai intense emoții.

Avea barba scurtă, dar neîngrijită și inegală, mai deasă pe partea dreaptă decât pe stânga. Plus că avea zone fără păr sub buze. Mustața lui netunsă, care îi cădea peste buze din loc în loc, avea multe fire de păr care-i ieșeau în afară. Mustața zbârlită semnifica o reținere în a-și împărtăși sentimentele, iar barba mai rară pe-o parte și cu zone fără păr însemna că este ușor de rănit.

Aerul său în general neîngrijit m-a făcut să-l văd ca pe un rebel, unul care nu se gândea prea mult la aspectul sau la comportamentul său. Asta indica faptul că, deși avea inima bună, exista posibilitatea să ajungă la extreme cu melancolia sau cu furia. În unele tradiții de citire a feței, barba ciufulită e semn că individul este menit să conducă, dar că ar fi învins dacă și-ar pierde echilibrul.

Când i-am spus tânărului analiza mea, a fost uluit și mi-a zis:

— Foarte mult din ce mi-ați spus este corect.

Apoi a izbucnit în râs și a continuat:

— Păi, cred că e cazul să-mi aranjez barba și să mă tund.

Pe stilist asta l-a convins întru totul și mi-a zis:

— Bine, ai dreptate! Faptul că ai putut citi toate astea după părul tipului îmi dă o perspectivă nouă în misiunea mea, care înseamnă mai mult decât o freză la modă. Mi-ai arătat cât de mult poate influența o tunsoare modul în care apreciem o persoană.

Bărbatul din oglindă I

Unul dintre clienții mei CEO era agitat cu privire la negocierea unui contract și mi-a spus:

— Nu-mi place deloc să am de-a face cu tipii ăștia. Mă bombardează cu informații și vorbesc toți deodată. Apoi mă forțează să le dau un răspuns, așa că-mi pierd concentrarea și fac greșeli. Vino cu mine la întâlnire să mă ajuți.

Am fost de acord să-l însoțesc, cu mențiunea că nu prea știam ce-aș putea face. Întâlnirea a început cu un prânz stropit cu mai multe pahare de martini. Prezentările de după au fost animate, cu multe discuții încrucișate. Când am primit o lovitură pe sub masă am știut că clientul meu îmi spunea: „Ajutor! M-am pierdut în toate aceste discuții".

Așa că am început să casc, mai întâi subtil, dar apoi mai vizibil, odată la câteva minute, fără să pun mâna la gură. Unul câte unul, indivizii au început să se moleșească. N-a trecut mult și unul dintre ei a zis:

— Hai să ne oprim aici și să reluăm mâine.

Clientul meu a fost de acord, superîncântat. Pauza îi dădea șansa să se gândească la discuție și să găsească o strategie.

Cu toții am observat cât de contagios este căscatul, dar motivul a rămas multă vreme necunoscut. În anii 1990, cercetătorul și neurologul italian Giacomo Rizzolatti a venit cu o explicație convingătoare: exact aceiași neuroni din creierul de macac se activau când animalul apuca o alună, dar și când se uita la altă maimuță apucând o alună. Oamenii de știință numesc aceste celule cerebrale „neuroni-oglindă"[1].

Cercetările pe oameni au demonstrat efecte similare. Un studiu coordonat de Marco Iacoboni la UCLA a arătat că neuronii-oglindă pot oglindi nu doar acțiunile, ci și intențiile. La o persoană care ia o ceașcă de ceai ca să bea din ea se activează alți neuroni decât la o persoană care

ia o ceaşcă de ceai ca să strângă masa. Prin urmare, când cineva cască, e probabil ca altcineva care vede asta să copieze inconştient nu doar acţiunea, ci şi starea celui care a căscat — oboseală, plictiseală sau distragere.[2]

Printre oamenii de ştiinţă, părerile sunt împărţite cu privire la modul în care funcţionează neuronii-oglindă, dacă există sau nu sisteme diferite de oglindire care guvernează acţiunile şi emoţiile, ba chiar şi dacă aceşti neuroni există sau nu. Mulţi sunt de părere că au evoluat ca să ne ajute să ne împărtăşim rapid cunoştinţele. Pe măsură ce testele imagistice au devenit tot mai sofisticate, cercetările au arătat că aceşti neuroni ar putea sta la baza unor importante funcţii umane, printre care conştiinţa de sine şi, în mod deosebit, empatia.

Bărbatul din oglindă II

Pe un alt client, un om de afaceri din Geneva, l-am încurajat să recurgă la funcţia empatică a neuronilor-oglindă în negocieri. De fapt, el venise pentru un curs concentrat de citire a feţei cu aplicabilitate în munca sa. Pe parcursul a cinci sau şase sesiuni, devenise destul de bun la detectarea formei feţei şi a trăsăturilor generice de personalitate. Dar microexpresiile, care pot să fie cheia înţelegerii, sunt mai subtile şi mai greu de evaluat.

Într-o zi m-a sunat de foarte departe, căci era furios. Se ocupa de o tranzacţie dificilă şi mi s-a plâns:

— Pur şi simplu nu-mi dau seama dacă fac progrese. Avocatul cu care am de-a face abia dacă scoate o vorbă.

— Uită-te de aproape la chipul lui. Propune-ţi să-ţi aminteşti expresiile sale. Apoi scuză-te, du-te la toaletă şi imită acele expresii în oglindă.

Mai târziu, omul de afaceri m-a sunat să-mi povestească:

— Păi, am făcut așa cum mi-ai zis și am avut o revelație. Mi-am dat seama că mai aștepta încă o concesie — ca să aibă senzația că „a câștigat". Așa că i-am aruncat una facilă. Și asta a fost!

Această metodă nu funcționează impecabil, desigur, dar prin copierea expresiilor celuilalt poți adesea să-i recreezi starea de spirit. Stimulați de mușchii faciali, neuronii-oglindă pot să-ți ajute creierul să înțeleagă emoțiile și așteptările unei alte persoane. Nu înseamnă citirea gândurilor, dar probabil că este aproape de asta.

Mai poți și să-ți îmbunătățești legătura cu cineva prin oglindirea expresiilor sale faciale. Tindem să facem asta inconștient. De aceea victimele unui accident vascular cerebral se simt izolate: deoarece nu mai pot manifesta expresii pe care ceilalți să le reflecteze, confirmând legătura afectivă. Deloc surprinzător, există studii de cercetare despre autism care se concentrează asupra neuronilor-oglindă, căci aceștia oferă indiciile sociale și emoționale pe care de cele mai multe ori persoanele autiste nu le observă. Și, așa cum am menționat deja, deși nu mă opun tratamentului cu botox, chirurgiei estetice faciale și altor proceduri de acest tip, e bine să știi că, dacă ajung să fie extreme și să-ți limiteze grav microexpresiile, pot face să-ți fie mai greu să empatizezi cu ceilalți și viceversa.

Când țin conferințe, nu fac doar să vorbesc. Mă folosesc mult de expresiile faciale — zâmbesc, mijesc ochii, mă încrunt și așa mai departe. Am o personalitate animată, deci îmi e ușor să fac asta, dar mă și conectează cu adevărat cu publicul, pe care-l stimulează să-mi copieze expresiile și, astfel, să-mi accepte ideile. Există un comediant cunoscut, Sebastian Maniscalco, care, datorită unei musculaturi faciale foarte flexibile, poate face tot felul de strâmbături care-i amuză pe oameni și care, alături de glumele sale, îi determină să râdă în hohote.

Pentru a stabili conștient o legătură cu cineva, să spunem o persoană cu un chip împietrit, încearcă să ai o expresie neobișnuită. Această tactică funcționează foarte bine când te folosești de o singură parte a feței, ca atunci când faci cu ochiul sau ridici din sprânceană. Mesajul neașteptat stimulează neuronii-oglindă ai celuilalt, care va încerca să-ți copieze gestul ca să înțeleagă ce-ai vrut să spui. Nu doar că persoanei respective îi va fi greu să rămână impasibilă, dar indiciul facial i se va părea mai puțin presant și intruziv decât o cerere verbală de tipul „Vorbește cu mine!" sau „Spune-mi la ce te gândești!" Poate totuși să fie nevoie să ajungeți și la cuvinte, dar veți fi creat deja o punte de comunicare.

Bărbatul de la telefon

Unul dintre spa-urile orientale la care am lucrat făcea parte dintr-un lanț de hoteluri de lux. Când directorul lanțului a văzut citirea feței pe lista de servicii oferite clienților hotelului, l-a întrebat pe managerul spa-ului: „Ce dracului e asta?" Auzind despre ce era vorba, nu a fost convins, dar a devenit curios. Prin urmare, managerul mi-a cerut să-i fac o citire individului, dar m-a avertizat:

— Ai grijă! Fiind șeful nostru, n-o să vrea să-i vedem slăbiciunile. Nu aduce vorba despre caracterul sau despre starea lui de sănătate.

— Bine. Dar despre iubire?

— Nici despre asta! mi-a spus managerul. Gândește-te la altceva. Știu că poți!

Așa că la asta mă gândeam cât stăteam în birou și-l așteptam, uitându-mă prin parcare. Șeful cel mare întârzia, dar îl puteam vedeam pe fereastră, vorbind la telefon. Au trecut 20 de minute, apoi o jumătate de oră. Când în sfârșit a intrat în birou și și-a cerut scuze că a întârziat, știam exact ce anume să-i spun.

— Înțeleg. Poate fi dificil să întrerupeți o convorbire cu soția.

A fost uluit.

— De unde ai știut cu cine stăteam de vorbă?

— Mi-a fost clar după chipul dumneavoastră și după comportamentul de la telefon. În primul rând, ați ținut tot timpul privirea în pământ. Uitatul în jos indică faptul că vorbeați despre probleme mundane, domestice. Ce fac copiii, s-o suni pe bunica, nu uita să iei lapte — chestiile pe care le discuți cu oamenii cei mai apropiați. Purtați verighetă, așa că am presupus că vorbeați cu soția.

— Incredibil! Dar sunt apropiat și de partenerul meu de afaceri. Poate vorbeam cu el despre un contract!

— Atunci v-ați fi uitat în zare. Poate că sunteți apropiat de acest partener, dar subiectul nu ar fi fost atât de stringent. Nu ar fi fost atât de legat de un element stabil, material din viața dumneavoastră. Chiar dacă ați fi vorbit

despre bani, tot ar fi fost mai abstract. Ați fi avut viziunea unei idei sau a unui rezultat, ați fi privit în viitor.

Când mi-a pus următoarea întrebare, am văzut un zâmbet vag pe chipul lui.

— Hai să presupunem acum — nu că ar fi vreodată și cazul meu — că vorbeam cu amanta mea. Îți puteai da seama?

— Cu siguranță. V-ați fi uitat în jos, dar spre lateral, peste umăr. Ați fi avut o mișcare spre interior, ca și cum v-ați fi ascuns fața și telefonul. Chiar dacă nu v-aș fi putut vedea expresia, de afecțiune sau nerăbdare, ar fi fost evident.

— Chiar o să-mi amintesc asta, mi-a spus el râzând.

Fidelitatea în căsnicie nu era una dintre virtuțile sale. Dar exemplul lui arată modul în care poziția feței și direcționarea privirii pot fi la fel de revelatoare ca și trăsăturile tale.

Chipul impenetrabil

Se poate oare să ascunzi cu totul ce gândești?

Asta doreau să știe doi jucători profesioniști de cărți din Macao. M-au angajat să-i ajut să obțină un avantaj la masa de poker. Le-am spus:

— Păi, se poate crea un chip împietrit și impenetrabil. Nu trebuie decât să-ți menții fața complet nemișcată și privirea golită. Fără să miști un mușchi.

Însă le-am explicat că asta nu-i va ajuta la poker. Cuvântul impasibil, însemnând „fără expresie" sau „de necitit" e mai adecvat decât pare, căci menținerea unui chip împietrit chiar nu este un act pasiv, ci necesită o concentrare intensă. Foarte important, mișcarea musculaturii feței stimulează creierul, deci dacă fața este inactivă, creierul nu ține socoteala cărților, nu planifică mișcarea cea mai bună și nici nu se străduiește să ghicească astfel cărțile adversarilor.

Prin urmare, în loc să rămâi nemișcat, e mai bine să te uiți peste cărțile din mână, să privești prin încăpere, să-ți evaluezi competitorii și așa mai departe — astfel încât circuitele cerebrale să fie în funcțiune.

— Dar, dacă-i studiem pe ceilalți jucători, își vor da seama de asta, mi-a spus unul dintre ei. Va părea prea evident.

— Dar se așteaptă să fie studiați, i-am zis. Nu le vei da informații pe care să nu le știe. Să te concentrezi asupra lor te poate împiedica să-ți dezvălui gândurile legate de propriile cărți la fel de eficient ca un chip impenetrabil. Între timp, asta-ți ajută și creierul să rămână activat și să facă niște calcule.

— Deci practic ascunzi un gând cu un alt gând!

— Da, exact.

Le-am oferit un ajutor mai concret, învățându-i indicii care „trădează" din domeniul citirii feței și care i-ar putea avertiza cu privire la cărțile adversarilor. Am petrecut un weekend cu aceste lecții, care sunt prea avansate pentru a le putea povesti. Dar cel mai important lucru de reținut — cu cât îl citești mai mult pe celălalt, cu atât îi e lui mai greu să te citească — este cel mai util când nu vrei să-ți împărtășești gândurile.

Regula celor cinci secunde

Așa cum am menționat, când ofer consultanță pentru angajare, acord atenție deosebită tuturor lucrurilor pe care le face candidatul. În mod ideal, întâlnesc persoana respectivă în hol ca să-i pot observa comportamentul din lift. Într-una dintre situații, când am salutat o viitoare doamnă manager la parter, am văzut că părea perfect relaxată și sigură pe ea. Când s-a prezentat, glasul ei a sunat echilibrat și sigur. Când am intrat în lift, chipul ei a rămas echilibrat și agreabil.

Asta mi-a arătat că era moartă de frică înainte ca gesturile ei nervoase să o trădeze — și-a strâns servieta la piept, a apăsat pe buton cu un pix. La etaj, în timp ce ne îndreptam către sala de conferințe, a mers puțin cu genunchii apropiați, de parcă s-ar fi luptat să-și păstreze controlul. Apoi, când i-a fost așezată în față o ceașcă de cafea, a ridicat-o înconjurându-i toarta cu degetul arătător și sprijinind-o cu încheietura degetului mijlociu. Cu mâna liberă a ținut ceașca de dedesubt — un alt semnal grăitor de anxietate.

Cineva care ridică o ceașcă în acest fel tinde să agreeze structura și să urmeze regulile. O variantă a degetului încercuind toarta este metoda cu degetul mare presat pe partea de sus a toartei, asta indicând tot o persoană care agreează structura, dar care vrea să fie șef. Persoana care cuprinde cana cu degetele, strecurându-și un deget prin toartă, face un gest de autoconfort, în încercarea de a se echilibra. Un spirit liber apucă ceașca de margine cu trei sau patru degete, riscând să verse din ea, și o duce la gură.

În timpul interviului, candidata a manifestat și alte semne de teamă, însă pentru mine dovada cea mai puternică a fost calmul straniu pe care nu și l-a pierdut din clipa în care ne-am întâlnit, încălcând regula celor cinci secunde. Există reguli de cinci secunde (sau de trei secunde) pentru multe situații, inclusiv pentru mâncare: celebra convingere că mâncarea scăpată pe jos care rămâne acolo doar câteva secunde poate fi consumată în deplină siguranță. Dar în domeniul citirii feței, regula se aplică intervalului de timp cât o persoană își menține o expresie fixă. Dacă durează mai mult de cinci secunde, expresia este falsă, este o mască ascunzând adevăratele sentimente. Să-și mențină masca ei echilibrată a fost ca și cum candidata pentru acel job ar fi strigat: „Sunt atât de agitată!"

Regula celor cinci secunde este o bună metodă de evaluare și în cazul în care o persoană se folosește de chipul său

ÎNTRERUPERE

Îi cunoaștem cu toții pe cei care sunt vorbă-lungă, oameni care monologhează și abia dacă mai fac câte o pauză să respire. Aceștia nu ne dau niciodată șansa de a strecura vreun cuvânt. În loc să le trântești: „Treci la subiect!", încearcă următoarele strategii pentru a semnaliza că vrei să iei cuvântul:

- Încrețește-ți buzele de câteva ori ca pentru a vorbi, asemenea unui pește. Această mișcare îi transmite vorbitorului un semnal subconștient foarte puternic să se oprească din vorbit.
- Trage-te de unul dintre lobii urechilor pentru a transmite „Vreau să mă fac auzit". Acest semnal este mai subtil și mai ușor de ratat, căci nu implică centrul feței.
- Împinge cu limba în obraz, „perna puterii", ca să faci o umflătură vizibilă. Asta-i spune vorbitorului că limba ta încearcă să se elibereze și să vorbească.

Uneori, un astfel de vorbă-lungă înflorește atât de mult o poveste, că ți-e greu să-l urmărești sau să crezi ce-ți spune. Să-ți dai ochii peste cap ca și cum ai spune „Treci la subiect" este o respingere totală și e posibil să jignească. Încearcă, în schimb, următoarea secvență de pași:

1. Fă ochii mari, pentru a semnaliza că povestea te surprinde.

2. Apoi privește scurt în sus, ca și cum ai căuta mental un mod de a o accepta.
3. În sfârșit, când te uiți din nou la vorbitor, clipește de vreo două ori.

Ține gura închisă în tot acest proces, pentru a-i da vorbitorului senzația că digeri povestea, nu că te pregătești să protestezi față de spusele sale.

Neuronii-oglindă ai vorbitorului vor recrea mișcarea, imitând confuzia sau neîncrederea ta. Clipitul de la final înseamnă că nu-i crezi povestea. Astfel, vorbitorul, după ce a luat la cunoștință despre îndoiala ta, se va strădui să clarifice sau să simplifice povestea, pentru a o face credibilă.

Recurg adesea la această tehnică în cazul consultanței oferite autorităților, pentru a pune la îndoială povestea acuzatului. Dacă aș spune „Nu te cred", suspectul s-ar împotrivi opiniei mele. Dar să simtă îndoielile mele în mintea sa îl forțează să vină cu o explicație mai bună. Exact asta este de regulă ideea când un suspect vinovat o dă în bară, oferind suficiente informații contradictorii cât să-l facă să arate culpabil.

pentru a ne manipula. Copiii recurg adesea la această tactică. Sunt înzestrați să studieze și să imite adulții încă din momentul nașterii, așa că percep rapid nuanțele expresiilor faciale. Înainte să înceapă să vorbească, interacționează cu adulții prin sunete și țipete, folosindu-se de expresiile faciale pentru a transmite ce înseamnă aceste vocalize.

Așa că nu e ieșit din comun să vezi un copil că face botic, cu ochii mijiți și buza de jos ieșită în afară, chiar tremurându-i, ca să obțină atenție. Sigur, să facă botic și

apoi să izbucnească în lacrimi poate fi un semn de autentică frustrare, dar de multe ori un copil menține boticul, privind de colo colo, până când este băgat în seamă de un adult. Dacă expresia sa se menține mai mult de cinci secunde — să spunem la supermarket, în apropiere de raionul cu dulciuri —, s-ar putea să nu fie atât de autentică și să fie un abil efort calculat.

Privirea iubitoare

În Elveția, a venit să mă consulte o tânără plină de viață care a adus cu ea două fotografii.

— Cred că am o problemă serioasă, mi-a spus. De câteva luni mă întâlnesc cu doi tipi extraordinari, iar acum chiar trebuie să fac o alegere.

Când mi-a arătat fotografiile, am fost surprins. Amândoi erau foarte atrăgători — ca niște actori sau modele —, dar erau tipuri complet diferite. Unul era brunet, cu tenul măsliniu, iar celălalt era ca un scandinav, cu părul de un blond aproape alb și ochii deschiși la culoare. Dacă ar fi semănat, ar fi fost mai ușor să-i evaluez doar pe baza micilor diferențe dintre ei. Dar, ca să fie și mai greu, ambele fotografii erau mai degrabă generice — imagini de la umeri în sus care părea că au fost făcute pentru website-ul unei companii, nefiind niște instantanee mai informale din care să poți afla mai multe.

— Nu e ușor deloc, a trebuit să-i spun. E ca și cum te-ai îndrepta în două direcții diferite în același timp. Cauți pe cineva care să fie mai mult ca tine sau pe cineva opus?

— Nu știu. Îl vreau pe acela care e cel mai bun pentru mine, într-o lume ideală.

— Îmi doresc să fi trăit într-o lume ideală! Tot ce pot face este să rezum argumentele pro și contra. Tu va trebui să decizi care te atrage cel mai mult.

Am început înșirându-le calitățile, în funcție de forma feței, trăsături și ridurile vizibile. Asta a dat naștere unei dezbateri despre avantajele de a fi alături de cineva protector, cu chip regal (King), sau de cineva plin de viață, cu chip angular (Fire) — dezbatere care a continuat până când am ajuns la exasperare. I-am spus:

— Din aceste fotografii nu pot să văd mari dovezi că vreunul dintre ei trăiește în pierdere. Întrucât nu știu cum se poartă cu tine, ambii par în regulă. Trebuie să existe o cale mai bună de a face diferența.

Apoi mi-am dat seama!

— Fii amabilă și ia fiecare fotografie și studiaz-o îndeaproape timp de un minut. O să-mi iau notițe și o să-ți spun ce se citește pe fața ta.

Am pus fotografiile cu fața în jos pe masă și le-am amestecat, ca ea să aleagă aleatoriu.

— Să nu-mi spui la care te uiți.

În timp ce studia prima fotografie, a zâmbit larg, cu buzele întredeschise. Părea bucuroasă și deschisă. Dar, după câteva zeci de secunde, s-a încruntat și și-a țuguiat buzele sub forma unui sărut — expresie a empatiei și preocupării. Privirea i s-a înmuiat și a devenit aproape maternă, de parcă ar fi văzut o suferință interioară și oferea consolare. Probabil că prin această empatie s-au conectat încă de la început.

— Următoarea fotografie, i-am spus.

Încă o dată s-a luminat la față la vederea ei. Când i s-a relaxat zâmbetul, a avut o expresie visătoare și însuflețită, cu ochii pe jumătate închiși, privind în zare. Când și-a reîntors privirile asupra fotografiei, a părut melancolică și absorbită.

Acum aveam răspunsul, dar alegerea îi aparținea. I-am spus:

— Uite ce văd. Ții foarte mult la amândoi. Când te-ai uitat la prima fotografie, ai devenit caldă și protectoare, ca

și cum ai vrea să-l învălui pe tip într-un cocon de iubire și să-l vindeci. Față de tipul din a doua fotografie ești plină de dor, care nu este același lucru cu dorința erotică. Dorința se aprinde și apoi pălește. Dorul aduce mai mult cu dorința de a fi învăluit de persoana respectivă. Când te-ai uitat în zare, ți-ai proiectat dorul în viitor. Prin urmare, ai tipuri diferite de afecțiune pentru fiecare dintre ei. Întrebarea este: pe care ți-o dorești tu?

A sesizat imediat adevărul spuselor mele și a zis:

— Vreau să simt acest dor pentru tot restul vieții mele. Vreau să doresc și să fiu dorită. Vreau să fiu învăluită. Asta aleg. Dar iubirea pe care o simt pentru cel din prima fotografie este validă la rândul ei. Vreau să-i ofer prietenia mea sinceră, dacă va accepta. Însă acum îmi dau seama că iubirea mea nu-i poate șterge lacrimile.

Chipul iluminat

În capitolul 1, „Primul nostru limbaj", am vorbit despre numeroasele studii efectuate pentru a stabili ce anume consideră oamenii a fi „chipul" perfect. De regulă, articole despre această cercetare apar în presa tabloidă, însoțite de fotografii ale vreunei vedete tinere, cu trăsături comune, care este la mare căutare în acel moment. Niciun chip cu trăsături inedite și interesante nu face parte dintre criteriile de „perfecțiune", bazate pe consens, ale unor astfel de studii.

Când îi întreb pe cursanții mei cine cred ei că are chipul perfect — pe care-l definesc nu ca fiind generic, ci „iluminat", adică având cele mai înalte calități umaniste —, cel puțin o treime dintre ei spun „Buddha". Asta e ușor, pentru că Buddha este practic simbolul iluminării. Dar Buddha are mai multe chipuri diferite: uneori râde, alteori este senin, uneori e în meditație activă, alteori, cu ochii închiși,

uneori privește în jos, alteori, în zare și așa mai departe. Ar fi dificil să alegem unul singur. Imaginea lui Buddha inspiră milioane de oameni, dar mai mult ca simbol spiritual ce radiază înțelepciune, decât ca un chip uman.

Un chip înțelept emană autoritate și poate părea de neabordat. De aceea chipul perfect, pentru mine, pe lângă înțelepciune, proiectează și o deschidere copilărească — fără agresivitate, fără ură, fără chin interior detectabil. A fi copilăresc mai înseamnă și ludic, un sentiment de bucurie care-i atrage și pe alții ce doresc să se simtă bine. Chipul perfect, pentru mine, este cel al lui Nelson Mandela (1918–2013).

Mandela avea un chip trapezoidal (Bucket), cu niște riduri adânci ce porneau de la marginea nasului până sub bărbie. Nu e necesar să ai chip trapezoidal pentru a fi în slujba omenirii, dar aceasta este forma creatorului pragmatic, care poate influența o schimbare reală, este forma unui vizionar care poate motiva și consolida hotărârea adepților săi.

El avea fruntea largă, semnificând deschidere și toleranță, și proeminentă, indicație a unui creier mare. Cele două riduri adânci de pe frunte arătau, pe partea stângă, forța intuiției sale, iar pe partea dreaptă, forța instinctelor sale. Micul vârf al liniei părului sugera independență, dar și dorința de a-i ajuta și de a-i proteja pe ceilalți. Chiar și urechile sale erau bine orientate, ieșind în evidență exact cât să arate o gândire activă și fiind poziționate suficient de aproape de cap pentru a indica o fire pașnică.

Avea ochii unui visător, cu riduri adânci de laba-gâștei la colțuri, indicând disponibilitatea către râs. Microexpresiile sale nu conțineau nicio urmă de furie sau de acuză, chiar și după o viață întreagă de opresiune și un prizonierat de aproape 30 de ani. Privirea sa rămânea echilibrată și convingătoare. Ochii străluceau de o imaginație vie și de poftă de viață.

Gura sa era largă și bine conturată, având colțurile ridicate, ceea ce înseamnă o natură curioasă, veselă și plină de energie, cu înclinație către bucurie și fără pic de amărăciune. Când zâmbea, i se vedeau gingiile, semn al generozității. Buza de sus și cea de jos aveau dimensiune și grosime asemănătoare, indicând echilibru între idealism și materialism. Cineva cu o natură mai materialistă, reflectată de o buză inferioară proeminentă, nu ar fi atât de idealist, iar un idealist pur ar fi plutit în lumea lui. Avea gura unui lider — deschis, comunicativ și gata să fie o sursă de inspirație, dar și stabil și de încredere.

Laolaltă, aceste trăsături alcătuiesc chipul Iluminat: înțelept, dar copilăresc, hotărât, dar deschis, drept, dar pașnic și vesel. Uitându-te la chipul său, aproape că-l auzi spunându-și celebra frază: „Pășește ușor, respiră liniștit și râzi isteric!"

Ce impresie și-ar face cineva dacă s-ar uita la chipul tău sau al meu? Cea mai mare dorință a mea este ca toți oamenii să exprime propria versiune de iluminare.

Partea a III-a

Ghid de citire a feței

Elementele fundamentale ale citirii feței

Am început această carte afirmând că suntem cu toții cititori de fețe. În fiecare zi ne folosim inconștient de această putere intuitivă ca să evaluăm persoanele pe care le întâlnim, să le ghicim intențiile și să stabilim adevărul și așteptările din spatele cuvintelor lor. Sper că povestirile mele te-au ajutat să obții o perspectivă mai pătrunzătoare și să ai și mai multă încredere în intuiția ta.

Sigur că ani întregi de ucenicie și de studiu nu pot fi comprimați în câteva pagini, nici chiar în mai multe. Dar în această secțiune aș vrea să îți pun la dispoziție, în linii mari, niște informații de citire formală a feței, la care să apelezi cu ușurință.

Pentru început, în cadrul filosofiei și disciplinei mele de citire a feței, există trei principii ordonatoare. Cursanților mei le spun că, dacă nu țin seama de ele, asta le va submina orice demers de citire a feței.

1. ***Să descrie, nu să prezică.*** Citirea feței nu este psihoterapie sau ghicirea viitorului, ci este arta și știința observării și evaluării elementelor chipului uman, detectabile *în acest moment*. Nu studiem chipul pentru a cunoaște trecutul, așa cum ar putea s-o facă un terapeut. Nu este ca și cum cineva are o experiență de tip traumatic ce i se vede pe față sub forma unui semn clar — ca „marcată cu X".

În schimb, un cititor experimentat de fețe evaluează ce îi comunică acel chip în acel moment. Poate că există

o asimetrie care sugerează anumite întâmplări din trecut despre care merită să întrebi pentru că aduc informații despre prezent. Dar o explorare profundă a trecutului clientului, pentru rezolvarea unor conflicte sau nevroze, nu este scopul nostru. Noi căutăm calitățile și darurile native ale unei persoane, precum și potențialul pe care-l sugerează aceste trăsături.

Iar evaluarea potențialului — modul în care cineva își poate exprima talentele și calitățile — nu e același lucru cu a te uita într-un glob de cristal. Putem să ne dăm seama că o persoană trăiește în câștig sau în pierdere — adică dacă se folosește de darurile sale într-un mod satisfăcător sau sabotor — și să explorăm efectele acestui lucru împreună cu persoana respectivă. Însă, întrucât majoritatea oamenilor oscilează între tipare de câștig și de pierdere, nu este adecvat să judecăm drept bun sau rău ceea ce vedem sau să încercăm să extrapolăm, pornind de la observațiile noastre, pentru a face predicții.

2. ***Să se uite la ambele părți.*** Fiecare chip are două părți ce reprezintă calități diferite, așa că nu pot fi vreodată perfect simetrice. Partea dreaptă (guvernată de emisfera cerebrală stângă) reflectă conștiința, logica și lumea materială. Stânga (guvernată de emisfera cerebrală dreaptă) este partea subconștientului, a idealismului, creativității și viselor. Pentru a evalua o persoană trebuie să începi uitându-te la întreaga față, dar apoi trebuie să examinezi fiecare parte separat. (Notă: partea dreaptă a cuiva care stă în fața ta este stânga ta și invers.)

3. ***Ochii și gura sunt esențiale.*** Există un motiv pentru care reprezentarea universală a unei fețe — configurația pe care bebelușii o recunosc din prima lor clipă de viață — este asemenea unui emoticon zâmbitor, un cerc cu doi ochi și o gură. Ochii și gura sunt trăsăturile cele mai flexibile ale feței, prin urmare sunt cele mai în măsură să comunice.

Deşi celelalte elemente ale feţei transmit şi ele informaţii importante, ochii şi gura au o semnificaţie specială.

Ţinând seama de aceste reguli, putem să evaluăm trăsăturile feţei. În mod normal, când le vorbesc cursanţilor mei, încep punând accentul pe ochi şi pe gură, care sunt atât de importante. Dar ca introducere generală în acest proces — şi întrucât ne-am referit atât de des la ele în cadrul povestirilor — hai să începem cu formele feţelor.

I. Formele feţelor

Forma feţei poate să pară cel mai uşor concept de citire a feţei, dar de fapt aceasta nu oferă decât o schiţă a personalităţii, una care nu se opreşte aici. În primul rând, categoriile de feţe au fost stabilite cu mii de ani în urmă pentru o populaţie relativ omogenă. De-a lungul atâtor secole am devenit mult mai mobili şi este mai probabil să reflectăm o combinaţie de influenţe. În al doilea rând, lumea noastră a devenit tot mai complicată în timp. Vezi schimbările pe care le-am trăit numai în ultimii 200 de ani, asta însemnând atât Revoluţia industrială, cât şi Era informaţiei. Aceste schimbări ne-au influenţat clar modul de percepere a timpului şi e probabil să fi dat culoare caracterului emoţiilor noastre. Este rezonabil ca şi oamenii să se schimbe, evoluând pentru a ţine pasul.

Nu există vreo formă a feţei mai bună decât alta. Fiecare dintre ele este asociată cu potenţiale calităţi şi defecte. Când ne exprimăm personalitatea — determinată de toate caracteristicile noastre înnăscute, inclusiv forma feţei — într-un mod avantajos pentru noi, trăim „în câştig"; când nu profităm la maximum de personalitatea noastră, trăim „în pierdere".

Conform observațiilor mele, circa 30% sau mai puțin de o treime dintre oamenii din ziua de azi au o formă pură a feței. Aș estima că aproximativ 45% dintre fețe sunt o combinație între două forme. Uneori formele sunt una lângă alta, stânga fiind de un tip și dreapta de un alt tip. Unele fețe au forme suprapuse, având o formă în partea de jos și o alta în partea de sus. Iar altele sunt un amestec de caracteristici — permutările sunt infinite. Se știe că anticii erau familiarizați cu astfel de combinații, chiar dacă erau mult mai rare.

Circa 15–20% dintre fețele pe care le citesc sunt combinații de trei forme. Unele dintre cele mai familiare combinații au fost introduse în sistem și au primit denumiri. De exemplu, combinația între oval (Jade), regal (King) și angular (Fire) este cunoscută drept Dragon. Dar multe combinații sunt noi și cititorul de fețe trebuie să le descrie pe toate trei. Astfel de evaluări sunt foarte dificile, căci e greu să știi care dintre forme este dominantă. Într-o zi (sau pentru un cititor de fețe), persoana se poate prezenta ca având o formă pătrățoasă (Tree) a feței; într-o altă zi (sau pentru un alt cititor de fețe), ca având o formă trapezoidală (Bucket); și așa mai departe. Deloc surprinzător, cei care încorporează trei tipuri de forme ale feței se simt adesea neînțeleși. Reacțiile contradictorii ale celorlalți tind să-i facă să se întrebe cine sunt ei de fapt.

Avantajul de a avea trei forme ale feței este flexibilitatea. Întrucât au chipul potrivit atât de multor scenarii, aceste persoane sunt foarte adaptabile. Reversul adaptabilității este confuzia, căci, atunci când pășești cu încredere oriunde te-ai duce, e greu să-ți găsești drumul. Pentru a trăi în câștig, persoana cu trei forme ale feței trebuie să cultive măcar trăsăturile câștigătoare ale formei dominante, dacă nu ale tuturor celor trei forme.

Numai 5–10% dintre oamenii pe care-i văd combină patru sau mai multe forme ale feței. Acest fenomen are și o denumire: Maestrul măștilor. Astfel de persoane sunt

fragmentate. Sunt atât de receptive, încât s-ar putea chiar să nu știe care este sinele lor autentic (dacă măcar își pot imagina că au unul). În mod obișnuit, sunt cotropite de schimbări de dispoziție afectivă și de alte complicații mentale. Închipuie-ți ce stresant trebuie să fie să te identifici cu toată lumea și totuși cu nimeni — să spunem că simți nevoia să preiei conducerea și în același timp ești mânat să tolerezi și să empatizezi. Pare că au o superputere care îi bâzâie tot timpul, neputând să-și găsească vreodată liniștea.

Folosită în pierdere, această superputere poate face din ei niște maeștri ai manipulării, căci pot să pătrundă în mintea atâtor oameni. Dacă trăiesc în câștig, pot deveni niște actori geniali, capabili să întruchipeze cu talent o serie de personaje, sau pot deveni mentori, capabili în mod unic să înțeleagă, să susțină și să inspire. Cei care vor o citire sunt de regulă suficient de iluminați încât să știe cine sunt, dar întreabă invariabil: „Ce ar trebui să fiu?" Este nevoie de multă rigoare și înțelegere pentru a găsi răspunsul.

În continuare prezint formele fundamentale ale fețelor — primele patru fiind cele mai comune în prezent —, precum și calitățile lor asociate.

Fața ovală (Jade)

Forma ovală a feței este foarte comună, mai ales în Asia. În Occident, cele mai multe chipuri ovale pure pe care le văd sunt de femei, bărbații care vin anual la sesiuni de citire fiind foarte puțini. Chipul oval pare să apară în combinații mai des decât alte forme, așa că sunt multe persoane cu formă ovală și pătrățoasă a feței sau cu formă ovală și regală.

Oamenii cu chip oval sunt de regulă atrăgători, cu buze pline, nas delicat și o privire seducătoare. Chipul lor aduce oarecum cu o inimă, având o frunte largă și o bărbie rotunjită. Au un aspect pozitiv și sunt prieteni de nădejde. Bărbații cu chip oval sunt și mai buni parteneri, decât prieteni.

În tinerețe, cei cu chip oval sunt adesea subestimați sau chiar tratați ca niște copii, așa că tind să nu se asume decât mai târziu. Misiunea vieții lor este să reziste oricărei situații sau oricărei persoane care îi face să se simtă „mărunți" — subevaluați sau slabi.

Caracteristicile chipului oval sunt:

- Aprecierea frumuseții, stilului și calității
- Iubire de natură și de pace
- Imaginație vie
- Entuziasm, pasiune, dragoste
- Minte deschisă și dorință de a învăța.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip oval sunt:

- Empatice și însuflețite, exprimându-și deschis entuziasmul
- Mature: imaginative, cufundate în frumos și atașate de prieteni.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip oval sunt:

- Nehotărâte și timide
- Prea dispuse la compromis, din teama de conflict
- Nemulțumite și critice tot timpul, hipersensibile la jigniri
- Respingătoare și neiertătoare.

Fața regală (King)

Fețele de formă regală sunt, de asemenea, foarte comune. În activitatea mea de consultant pentru corporații și autorități, văd această față în proporție deosebit de mare, căci aceste persoane tind să graviteze în jurul pozițiilor de putere. În ultimii ani am văzut o creștere a numărului de femei cu chip regal. De obicei, femeile cu chip regal sunt în primul eșalon al companiilor, în timp ce bărbații cu chip regal se regăsesc în toată ierarhia, unde se pot simți confortabil în slujba altei persoane cu chip regal sau pot să-i vâneze poziția.

Chipul regal este de obicei angular, cu o linie puternică a maxilarului și o bărbie, o frunte și pomeți proeminente. Adesea există un singur „rid al puterii" pe unul dintre obraji. Ochii sunt de regulă mici și adânciți în orbite, iar buza de jos tinde să fie mai plină decât cea de sus.

Cei cu chip regal sunt mai degrabă lideri decât subalterni și sunt înzestrați mai degrabă să acționeze decât să reacționeze. Au puternice instincte protectoare și, astfel, au mare grijă de angajați, copii sau alți „micuți" de-ai lor, precum și de animale.

Caracteristicile chipului regal sunt:

- Discernământ și cunoaștere, apetență pentru lucrurile fine
- Dorință de varietate a partenerilor și a experiențelor sexuale
- Sete de cunoaștere
- Tendința către o extremă sau alta
- Agresivitate la tinerețe și trăsături patriarhale odată cu înaintarea în vârstă.

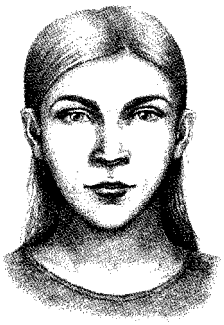
Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip regal:

- Îi apără pe cei slabi și vulnerabili
- Sunt lideri puternici și hotărâți, având talentul de a-i motiva pe ceilalți
- Sunt pasionali și implicați, răspândind în jur bună dispoziție
- Sunt părinți excelenți
- Depun efort pentru crearea unor relații strânse și durabile.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip regal:

- Pot fi intolerante, dogmatice și încăpățânate
- Au tendința de a face abuz de droguri și alcool
- Pot să-și înșele soții și partenerii
- Pot fi agresive — până la violență, în cel mai rău caz.

Fața angulară
(Fire)



Chipul angular are o formă oarecum triunghiulară, cu o frunte largă asemenea chipului oval (Jade), dar cu o bărbie ascuțită. Persoanele cu chip angular sunt de regulă foarte atrăgătoare și pasionale. Îi iubesc pe ceilalți, dar le place foarte mult și să fie iubite.

Cei cu chip angular sunt cotropiți adesea de îndoială de sine. Au așteptări mari de la ei. Pot să fie foarte încrezători la tinerețe, dar mai târziu în viață s-ar putea să li se pară greu să aibă încredere în alții.

Caracteristicile chipului angular sunt:

- Dorința de a învăța, capacitatea de a evalua o situație
- Curiozitate și plăcerea de a călători
- Impulsivitate și grabă
- Caută atenție și pot fi greu de ignorat
- Au pretenții mari de la sine și de la ceilalți.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip angular sunt:

- Sigure de sine, atrăgătoare și pasionale
- Capabile de învățare rapidă și de a-și pune cunoștințele în aplicare

- Instinctuale și capabile să se bazeze pe instinctele lor
- Foarte capabile să vină în sprijinul altora, mai ales emoțional.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip angular:

- Se îndoiesc de sine și nu au încredere în alții
- Sunt ușor de distras, împrăștiate și le este greu să se concentreze
- Pot fi nerăbdătoare, controlatoare și manipulatoare
- Pot fi narcisiste și centrate pe sine.

Fața pătrățoasă (Tree)

Chipul pătrățos este de regulă alungit și lat, în general având o linie în formă de U de la colțurile gurii până sub bărbie. Cei cu chip pătrățos tind să fie de încredere și cu picioarele pe pământ, foarte hotărâți. Deși le place să fie înconjurați de oameni, s-ar putea să le fie greu să se conecteze emoțional cu ceilalți. Le place să fie protectori și consolatori, dar își prețuiesc independența.

Caracteristicile chipului pătrățos sunt:

- Grijă și protecție față de ceilalți
- Sunt persoane loiale și de încredere

- Cu picioarele pe pământ, manifestând rezistență la schimbare
- Au nevoie de claritate și de planificare și nu merg pe improvizație
- Sunt singuratici, deși au nevoie de companie
- Firi pansive, chiar visătoare, nu-și împărtășesc sentimentele cu ușurință.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip pătrățos:

- Îi fac pe ceilalți să se simtă în siguranță și la adăpost
- Netezesc drumul altora cu viziunea și planificarea lor
- Sunt grijulii și de încredere.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip pătrățos:

- Duc o viață grea, nu se ocupă de problemele personale și adesea nu reușesc să-și atingă scopurile
- Fac prea multe sacrificii pentru ceilalți, până la epuizare
- Încearcă să-și stimuleze nivelul de energie cu dulciuri, tutun și alcool.

Fața rotundă (Moon)

Un chip rotund arată conform denumirii: mare și rotund, adesea luminos, înfrumusețând un cap circular.

Gura unei persoane cu chip rotund este de regulă mare, cu buze de orice dimensiune, făcute parcă pentru comunicare și socializare. Căci la asta se pricep cel mai bine cei cu chip rotund: să petreacă și să anime.

Cei cu chip rotund sunt iubitori de distracție, plini de culoare și de umor și pot fi și niște prieteni loiali. Au nevoie de spațiu personal și de o fundație solidă — o carieră bătută în cuie, un partener, o casă primitoare, pe care tind să și le creeze devreme în viață. Provocările unei persoane de acest tip înseamnă să reziste în fața căutării plăcerilor, să devină responsabilă și să preia inițiativa în loc să stea la cheremul altora. De asemenea, trebuie și să se retragă din lumina reflectoarelor suficient cât să rămână cu picioarele pe pământ și să-și găsească fericirea nu în aplauzele celorlalți, ci în interior.

Caracteristicile chipului rotund sunt:

- Căutare de plăceri, curiozitate și umor
- Veselie, capacitate de a încânta și a anima
- Loialitate în prietenie, nevoia unei baze familiale solide
- Tendința de a trăi din aplauze, în loc să-și dezvolte stima de sine.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip rotund:

- Sunt sufletul petrecerii, sunt gazde primitoare și binevoitoare
- Le plac oamenii cu sinceritate, sunt foarte buni comunicatori și prieteni credincioși
- Sunt foarte încurajatoare și stabilesc relații sociale în favoarea altora
- Au ochiul format pentru calitate și se bucură întru totul de viață.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip rotund:

- Nu au disciplină și tind să exagereze cu căutarea plăcerilor
- Pot fi profund rănite de criticile exprimate public la adresa lor, care le afectează imaginea socială
- Se pot folosi de umor ca de un sarcasm rău intenționat
- Pot să sufere de îndoială de sine și să le îngăduie altora să le domine
- Pot să se piardă în lumina reflectoarelor și în menghina unor prietenii superficiale, nereușind să privească în interior pentru a găsi fericirea.

Fața trapezoidală (Bucket)

Chipul trapezoidal are formă de ghiveci de flori, cu o bărbie pătrățoasă, tăiată drept, de la care liniile laterale ale feței pornesc oblic către fruntea mai largă. Alte caracteristici distinctive sunt ochii visători, pe jumătate închiși, și gura plină, flancată de riduri nazo-labiale care pornesc din lateralele nasului și ajung până la bărbie.

Denumirea de ghiveci de flori poate să pară neinspirată, dar oamenii de acest gen numai neinspirați nu sunt — sunt foarte originali și talentați, având capacitatea de a asocia creativitatea și pragmatismul. Sunt vizionari care vor să clădească lucruri durabile pe care să le lase moștenire. Au puterea de a-i motiva și de a-i inspira pe ceilalți. Singurul lucru pe care nu-l fac bine este stimularea propriei inteligențe creative. Au nevoie de un fel de muză, cum ar fi un iubit sau un mentor sau un mediu care să le aprindă cumva focul creativ. Fără această scânteie se simt pierduți.

Caracteristicile chipului trapezoidal sunt:

- Creativitate și originalitate
- Idei înalte și vizionare, dar care pot fi puse în practică
- Nevoia unui declanșator sau a unei muze care să-i stimuleze.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip trapezoidal:

- Sunt inundate de viziuni pline de imaginație și de o inteligență creativă
- Au forța de a stimula entuziasmul celorlalți față de propriile idei
- Au talentul și motivația de a-și realiza visurile.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip trapezoidal:

- Nu-și pot mobiliza propria energie
- Pot să se hrănească din energia altor oameni, de care se folosesc pentru stimularea sau executarea viziunii lor, epuizându-i
- Urmează pe altcineva în loc să aibă propriile idei creative.

Fața conică (Mountain)

Chipul conic are formă de pară, mai plin în partea de jos decât la nivelul frunții, care are o formă caracteristică. Tradiția chineză susține că persoanele cu chip conic „merg pe drumul mai lung", asta însemnând că se realizează de obicei mai târziu și pot ajunge la vârste înaintate. Asta mai înseamnă și că au propria lor noțiune despre timp, așa că rareori se grăbesc și tind să amâne. Dată fiind perspectiva lor flexibilă asupra timpului, nu uită niciodată un serviciu, dar nici o ofensă, fiind resentimentari.

Luând-o pe drumul mai lung, concentrați asupra viitorului, nu se lasă dați înapoi de obstacole, probleme de sănătate sau de altă natură, și-și revin repede. Învățăturile chineze îi previn să se pregătească pentru viitor alegând să vorbească din „locul înalt și fericit", și nu din „locul singuratic" — adică să caute experiențe și relații pline de miez care să-i însoțească pe termen lung.

Caracteristicile chipului conic sunt:

- Răbdare, încetineală, dar și amânare
- Bune abilități de comunicare, dar și tendința de a-și ascunde gândurile și sentimentele

- Singuratic fără doar și poate, deși capabil de prietenii pe viață
- Căutare de plăceri.

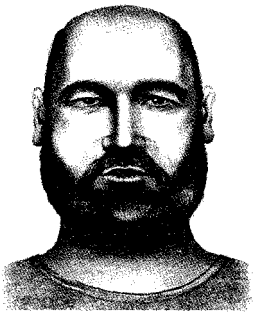
Când ***trăiesc în câștig***, persoanele cu chip conic:

- Se folosesc de prodigioasa lor memorie în beneficiul propriu și al celorlalți
- Au răbdarea și anduranța de a aștepta ca problemele să se rezolve de la sine
- Sunt reziliente, revenindu-și repede din eșecuri
- Sunt generoase cu timpul și resursele lor și pot fi mentori buni.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip conic:

- Sunt ranchiunoase, neiertătoare și intolerante
- Amână și lasă nefăcute lucruri importante
- Își ascund sentimentele, pot fi asociale și retrase.

Fața piramidală (Ground sau Earth)



Acest chip are forma unei piramide cu vârful retezat — fiind pe cât de lată, pe atât de înaltă, și mai extinsă

la nivelul maxilarului decât al frunții. Maxilarele sunt puternice și pătrățoase, iar uneori accentuate cu o barbă pătrățoasă. Cei cu chipul piramidal arată agresiv, ceea ce reflectă natura lor hotărâtă, plină de forță. Capabili să se concentreze pe un singur lucru, dau cu forța la o parte din drumul lor oameni și obstacole. Fiind genul care pun lucrurile în mișcare, pot să aibă încredere excesivă în sine și să fie orbi la greșeli. Mai pot și să fie atât de absorbiți de sine încât abia dacă-i mai observă pe ceilalți. Provocarea vieții lor este cultivarea modestiei și a grijii față de celălalt.

Caracteristicile chipului piramidal sunt:

- Curiozitate vie, mare sete de cunoaștere
- Foarte multă energie, motivație și încredere în sine
- Focalizare puternică pe scop
- Fire de lup singuratic, înstrăinat de ceilalți și uneori în competiție cu ei.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip piramidal:

- Sunt dinamice, implicate, hotărâte și gata să treacă la acțiune
- Sunt dornice să învețe, curioase, deschise în fața unor idei noi
- Debordează de încredere în sine și de forță, încurajându-i și pe cei mai slabi
- Sunt foarte motivate, centrate pe scop și hotărâte, ceea ce le sporește probabilitatea de reușită.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip piramidal:

- Pot să fie temperamentale și agresive până la violență
- Tind să calce peste cadavre ca să obțină ce vor

- Pot fi excesiv de încrezătoare în sine și încăpățânate, având o perspectivă îngustă și fiind oarbe la propriile slăbiciuni
- Nu au respect și nu sunt interesate de alți oameni.

Fața aplatizată (Iron)

La prima vedere, chipul aplatizat pare un rotund turtit: este relativ plat, cu obraji proeminenți, nas mic și buze subțiri, gura fiind ori excepțional de mare, ori excepțional de mică. Persoanele cu chip aplatizat sunt stabile — calme, imperturbabile și chiar temerare, de încredere, judicioase în luarea deciziilor, cu păreri ferme, dure și reziliente, loiale și capabile să ofere susținere. Riscă să devină greoaie — fataliste, cu idei fixe, niște persoane lente până la inerție. Misiunea vieții unei astfel de persoane presupune renunțarea la responsabilități, căutarea plăcerilor vieții și o continuă mișcare și evoluție.

Caracteristicile chipului aplatizat sunt:

- Calm, constanță, încredere
- Raționalitate, capacitate de a lua decizii bine cântărite

- Duritate și reziliență
- Loialitate și sprijin
- Umor sec.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip aplatizat:

- Sunt de neclintit, chiar și în situații de criză
- Abordează luarea deciziilor prin cântărirea tuturor datelor
- Sunt concentrate și perseverente în urmărirea scopurilor
- Sunt constante, de încredere și își asumă greșelile
- Sunt loiale și clădesc relații de prietenie pe viață.

Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip aplatizat:

- Pot să fie nehotărâte și din ce în ce mai greoaie, până la inerție
- Pot să aibă prea multă încredere în ceilalți, să fie prea loiale și hiperresponsabile, agățându-se de oameni, de lucruri și de idei care nu le mai servesc
- Pot face din inteligența lor ascuțită o armă
- Pot să devină fataliste și rezistente la schimbare.

Fața lată
(Wall)

Persoanele cu chip lat, întâlnite mai des în Asia, sunt relativ rare în lumea occidentală. Această formă a feței este mai mult lată decât lungă. Eu o privesc ca pe un ciocan, și datorită formei sale, și datorită abilităților de a repara lucruri pe care le poate avea o persoană cu acest chip. Cei din această categorie sunt extrem de pragmatici, au de regulă înclinație spre lucrurile făcute manual și le place să rezolve probleme concrete, cum ar fi reparațiile casei. Situațiile mai complexe îi pot deruta. Pot fi foarte creativi, dar numai dacă au un scop.

Astfel de persoane sunt de regulă necomunicative și atât de reținute emoțional, încât e dificil să te împrietenești cu ele. Preferă să evite interacțiunile cu ceilalți și de aceea se opun reuniunilor sociale. Pot să fie dureros de directe. Pe de altă parte, sunt vecini foarte buni — întotdeauna dornici să ajute în chestiuni practice —, fiind de încredere și capabili să se țină de cuvânt. Provocările pentru persoanele cu chip lat sunt să-și descătușeze propria creativitate printr-o activitate făcută fără nicio miză, doar de dragul de a o face; să mai cedeze din când în când în fața impulsurilor de moment; și să investească mai mult din nivelul lor considerabil de energie în oameni — pe scurt, să n-o mai țină numai pe-a lor.

Caracteristicile chipului lat sunt:

- Pragmatism, raționalitate și încredere
- Creativitate în rezolvarea de probleme concrete
- Trăiri neutre, lipsite de emoție
- Disconfort în legăturile interumane, în special în cadrul reuniunilor sociale
- Sinceritate nefiltrată și acceptarea unor critici sincere.

Când trăiesc ***în câștig***, persoanele cu chip lat:

- Sunt de încredere și se țin de cuvânt
- Au energie, perseverență și reziliență
- Sunt generoase cu timpul lor și au capacitatea de a rezolva diverse probleme
- Reușesc să iasă din cochilia lor ca să se conecteze cu ceilalți și să-i susțină
- Acceptă criticile constructive și-și temperează modul direct de a spune lucrurile
- Evoluează dacă au acces la propria creativitate.

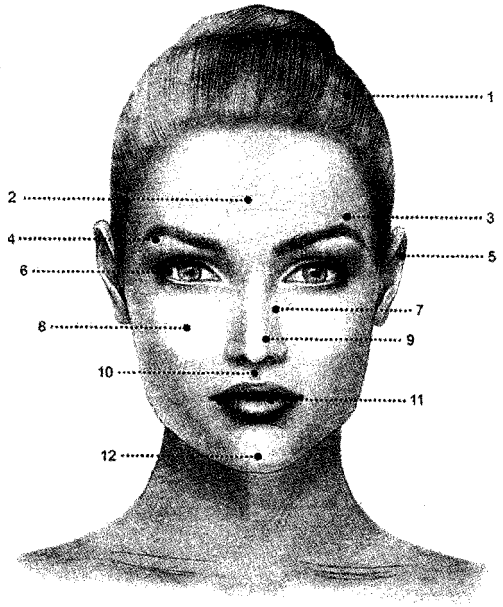
Când trăiesc ***în pierdere***, persoanele cu chip lat:

- Sunt centrate pe sine și asociale, separate de restul lumii
- Îi rănesc pe ceilalți, fiind stângace social și insensibile
- Nu fac față propriilor trăiri și nu se pot conecta emoțional cu ceilalți
- Sunt prea orientate spre scop ca să-și exprime liber creativitatea
- Sunt propriul lor dușman, trăind în prizonieratul impus de propriile lor limitări sociale și imaginative.

Câteva fețe combinate. De la stânga la dreapta: Față ovală regală (Jade King), față ovală rotundă (Jade Moon), față angulară pătrățoasă (Fire Tree).

II. Elementele feței

Ilustrația cu „Regiunile personalității" de mai jos, creată pe baza ideilor lui Aristotel și ale discipolilor săi, ne arată cum făceau vechii greci legătura între zonele feței și personalitate. Este o paralelă la Palatele norocului din sistemul chinez de citire a feței, despre care am vorbit în capitolul 4. O diferență este că sistemul de Palate ale norocului variază în funcție de regiunea geografică, de maestru și de alți



Regiunile personalității prezente pe față. 1. Natură, senzații, percepții. 2. Interese. 3. Personalitate, idealuri. 4. Atitudine. 5. Luarea deciziilor, sentimentul realității. 6. Suflet, intimitate. 7. Muncă. 8. Leadership, susținere. 9. Materialism. 10. Atracție. 11. Comunicare, interese. 12. Moralitate, implicare socială, principii.

factori, incluzând elemente pe care clienții doresc să le exploreze, iar sistemul european este fix. În plus, este și mai puțin predictiv, concentrat mai mult pe descrierea clientului într-un anumit moment, decât pe prezicere.

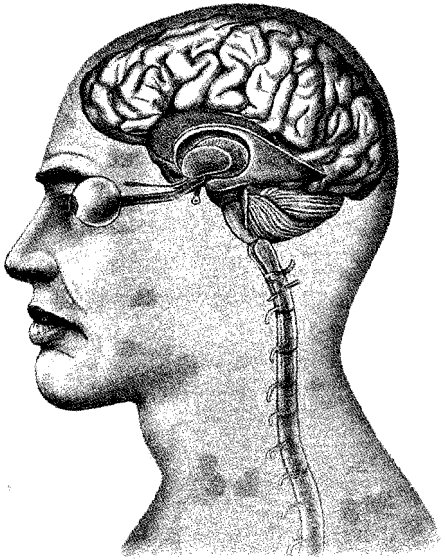
E important de reținut că regiunile asociate cu domenii de viață ca luarea deciziilor, munca și intimitatea sunt numai niște puncte focale pentru examinarea acelor zone. Este esențial să fie studiată întreaga față și toate trăsăturile și calitățile sale unice pentru obținerea unei interpretări valoroase despre o ființă umană.

Dacă sistemul asiatic și cel european au sau nu rădăcini comune este discutabil, dar faptul că metode similare de evaluare a personalității au apărut pe continente diferite arată universalitatea citirii feței.

Ochii

Ochii sunt primele elemente care ne atrag la o persoană, care ne leagă de aceasta și care ne permit să comunicăm fără cuvinte. Sunt direct legați de creier prin intermediul nervului optic, un mănunchi de peste un milion de fibre nervoase. Când lumina intră în contact cu ochiul, irisul dilată sau contractă pupila pentru a controla nivelul de lumină care pătrunde. Cristalinul focalizează lumina pe retină, care o absoarbe și o transformă în impulsuri electrochimice. Prin nervul optic, aceste impulsuri ajung la creier, unde sunt transformate în imagini pe care să le putem înțelege. Această explicație simplă abia dacă poate să cuprindă procesul complex și miraculos care este vederea — modul nostru primar de interacțiune cu lumea. Prin urmare, deși poate fi un clișeu, nu este de mirare că ochii sunt numiți oglinda sufletului.

Când cititorii de fețe examinează ochii, unul dintre lucrurile de care nu țin seama este culoarea. Dacă nu există



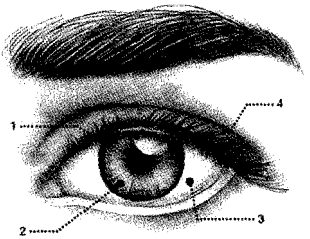
Nervul optic

vreun dezechilibru neobișnuit — să spunem, o modificare de nuanță sau ochi de culori diferite ca ai lui David Bowie, probabil din cauza unei lovituri la cap —, atunci, indiferent dacă ochii sunt negri, căprui, violeți, albaștri sau verzi, nu contează la fel de mult ca factorii despre care vom vorbi aici și în secțiunea „Chipul sănătății" de la pagina 299.

Cititorii de fețe examinează părțile vizibile ale ochiului: sclerotica, irisul și pupila. Toate trei oferă indicii importante despre personalitatea și starea de sănătate a unei persoane.

Sclerotica

Sclerotica este partea albă a ochiului. Aspectul său — culoare, transparență și cât de mult se vede din ea — este semnificativ.



Părțile ochiului. 1. Pupilă. 2. Iris.
3. Sclerotică. 4. Gene

- ***Sclerotica vizibilă sub iris*** poate fi un semn de epuizare fizică sau mentală. Mai poate să indice și că persoana respectivă este un visător a cărui minte e mereu în altă parte sau care este suprastimulat de propria imaginație.
- ***Sclerotica vizibilă deasupra irisului*** indică adesea că persoana respectivă este măcinată de emoții negative, ca frica, furia sau agresivitatea. Aceste trăiri pot să se aprindă pe moment, asta nefiind ceva neobișnuit, dar o sclerotică vizibilă deasupra irisului, ca stare cronică, poate fi semnul unei persoane violente.
- ***Sclerotica vizibilă dedesubtul și deasupra irisului***, fiind mai puțin întâlnită, este un semn de hipersensibilitate și hiperreactivitate. Uneori poate să apară sub presiunea unor situații dificile, ca atunci când persoana îndură un stres puternic. Dar, dacă acest aspect este cronic, se asociază cu un nivel ridicat de anxietate, dispoziții afective schimbătoare, furie și agresivitate. Acelei persoane îi este greu să-și țină sub control trăirile și să ia decizii. Cineva într-o astfel de stare este epuizat emoțional și poate încerca să-și reîncarce bateriile prin intermediul

unor dependențe sau pur și simplu prin retragerea din lume.

Irisul

Irisul este inelul colorat ce înconjoară pupila. Unii consideră că oferă indicii importante despre sănătate, dar studierea sa, numită iridologie sau iridodiagnostic, rămâne oarecum controversată. Irisul ajută pupila cu privire la accesul luminii.

Pupila

Pupila este partea neagră din centrul ochiului, care se contractă și se dilată pentru a permite accesul luminii. Extrem de expresivă, ea conține foarte multe informații despre personalitatea cuiva și despre starea sa de sănătate. Pentru a determina dimensiunea pupilei o comparăm cu o medie observată la cei din același mediu și supuși la aceeași cantitate de lumină. Emoțiile puternice și trăirile intense ne pot face pupilele să se dilate.

- ***Pupilele mari***, numite uneori semnul „ochilor de îndrăgostit", semnifică de obicei o natură caldă, empatică și deschisă față de ceilalți, intuiție și tendința de a se baza pe instinct, emoții puternice, spontaneitate, creativitate, aplecare către reverie, excitabilitate și teamă, un nivel redus de energie și o înclinație către melancolie și depresie.
- ***Pupilele mici*** indică de regulă o natură rațională și analitică, aprecierea creativității și a sentimentelor doar dacă se bazează pe fapte, tendința de a se îngrijora și de a medita, un relativ curaj (dar, când e cuprinsă de temeri, persoana respectivă nu poate

scăpa de ele) și, în general, dificultate de a se relaxa și a se descărca.
- ***Pupilele inegale***, una mare și una mică, semnifică adesea dureri fizice. Pupila mărită apare pe acea parte a corpului unde este prezentă durerea. Localizarea poate fi evidentă în funcție de mersul și de postura persoanei respective, de înroșirea unor zone ale feței care corespund sistemelor organice și așa mai departe.

Distanța dintre ochi

Distanța dintre ochi oferă indicii cu privire la cât de intens se poate concentra o persoană.

- ***O distanță mică între ochi*** indică o capacitate mare de concentrare, de aplecare asiduă asupra unui punct sau a unui subiect; tendința de a-și concentra atenția asupra câtorva domenii, în care să fie studiat fiecare detaliu; gândire pragmatică și, uneori, o minte îngustă.
- ***O distanță mare între ochi*** indică o dispoziție romantică; deschidere către nou și o perspectivă relaxată asupra vieții; tendința de a fi copleșit și de a nu se putea concentra, pierdut în detalii; aspirație către leadership, de multe ori neîmplinită din cauza sacrificiului de sine.

Poziționarea ochilor în orbită

Orice craniu are același tip de orbite, deci ochii care par mai bulbucați sau mai adânciți decât media pot să reflecte anumite trăsături de personalitate.

- ***Ochii bulbucați*** sunt un semn bine cunoscut de tulburare tiroidiană, dar mai pot să indice și o implicare completă în viață, cu o rețea de relații, dar și aversiune față de distrageri sau întreruperi.
- ***Ochii adânciți în orbite*** pot să indice o natură sceptică și critică, o implicare socială superficială, menținerea unei măști care să ascundă adevăratele emoții, vulnerabilitate la ridiculizare și tendința de a-i înțepa pe ceilalți și de a le expune vulnerabilitățile.

Orientarea ochilor

Întrucât orbitele au toate aproximativ aceeași formă, modul în care sunt orientați ochii este cu certitudine influențat de creier și, astfel, prezintă importanță pentru cititorii de fețe. Prin orientare mă refer la modul în care se prezintă colțurile exterioare ale ochilor — neutru, în sus sau în jos. Se poate chiar ca orientarea fiecăruia dintre ochi să fie diferită, colțul numai unuia dintre ei fiind îndreptat în sus sau în jos. Teoretic, colțurile exterioare ale ochilor pot să fie îndreptate în direcții diferite — unul în sus, unul în jos —, dar eu nu am văzut niciodată așa ceva.

- ***Colțuri exterioare îndreptate în sus.*** Sunt ochii pe care îi vedem la eroii de benzi desenate, la impostori și la personajele negative. Arta imită — iar în acest caz exagerează — viața. Numită adesea „ochi de pisică", această formă semnifică tendința de a acționa, un temperament aprig, extraversie și neplăcerea de a fi singur. (Nu vei vedea o persoană cu ochi de pisică într-o tabără de meditație.) În cărțile de benzi desenate — și, într-o anumită măsură, și în viață —, dacă persoana cu ochi de pisică este o

forță charismatică a binelui, un prieten simpatic sau un răufăcător depinde de alte elemente ale feței, în special de gură. O gură zâmbitoare poate fi un semn bun, impresie confirmată prin evaluarea formei acesteia și a altor caracteristici, în timp ce o încruntare poate să însemne că ai dat de necaz.

- ***Colțuri exterioare îndreptate în jos.*** În cărțile de benzi desenate, ochii cu colțuri exterioare înclinate pot fi semnul unei victime neajutorate, al unui înfrânt, fără inițiativă, care-i urmează pe ceilalți — niciun lider nu va fi vreodată înfățișat în acest fel — sau al cuiva melancolic ori chiar depresiv. Dar, alături de o gură zâmbitoare, colțurile ochilor îndreptate în jos pot să transmită căldură, empatie și chiar o imagine de sentimental. Când am un astfel de client, știu că persoana respectivă îmi va asculta cu atenție observațiile și că le va lua în serios, spre deosebire de clientul cu ochi de pisică pe care probabil că va fi necesar să-l conving.
- ***Colțuri exterioare diferite.*** Uneori vedem că numai colțul exterior al unuia dintre ochi este îndreptat în sus sau în jos. Dacă este pe partea dreaptă, la ochiul guvernat de emisfera stângă a creierului, cea conștientă și analitică, forma îndreptată în sus poate să însemne că persoana respectivă are o logică sau un intelect agresiv, iar forma îndreptată în jos poate să însemne că este defensivă. Dacă e vorba de partea stângă, la ochiul dominat de emisfera dreaptă a creierului, cea a inconștientului și a trăirilor, forma îndreptată în sus poate să însemne un neastâmpăr creativ, iar forma îndreptată în jos poate să indice depresie. În ambele cazuri, ochiul neutru rămâne mai flexibil și reacționează normal la stimuli.
- ***Colțuri exterioare neutre.*** Orientarea cea mai comună, ochii așezați neutru, presupune colțuri

drepte, aproximativ aliniate cu colțurile interioare. Astfel de ochi indică flexibilitate și anume faptul că persoana respectivă nu este predispusă să fie activă sau pasivă, extravertită sau timidă, emotivă sau depresivă.

Pleoapele

Caracteristicile cele mai ieșite din comun ale pleoapelor superioare și inferioare au legătură cu starea de sănătate, după cum vom vedea în secțiunea „Chipul sănătății" de la pagina 299. Dar trăsătura pe care o întâlnim adesea și care are legătură cu personalitatea sunt ochii pe jumătate închiși. În acest caz, pleoapele superioare nu sunt umflate sau lăsate din cauza slăbirii țesutului conjunctiv, ci pur și simplu așa sunt ele — foarte în formă, dar, când sunt deschise, acoperă pe jumătate globul ocular. Arată ca ochii lui Garfield, pisica leneșă din desene animate, care mai are și pupilele mari ale unui căutător de plăceri. Astfel de ochi pe jumătate închiși sunt semnul unui visător, al unui gânditor plin de imaginație și pierdut în propria minte.

Genele

Cu toții avem gene lungi în copilărie, dar tindem să le pierdem de-a lungul timpului. De aceea, pentru un cititor de fețe, genele lungi la un adult sugerează că acea persoană păstrează unele calități copilărești, cum ar fi vitalitatea și o receptivitate ridicată. Această receptivitate face ca persoana respectivă să tresară ușor sau să se sperie ușor. În toate culturile, cu cât sunt mai lungi genele, cu atât persoana respectivă este considerată mai atrăgătoare.

Gura

Conform unui proverb asiatic, „gura este poarta către fericire". E interesant să ne gândim de ce: ne folosim de ea pentru hrană și pentru alte trei acțiuni importante: creativitate, comunicare și sărut. Oamenii se dau cu ruj și-și accentuează buzele cu botox ca să semnalizeze că se pricep la aceste trei lucruri. Dar în evaluarea gurii, cititorii de fețe fac distincție între orificiul propriu-zis și buze. Factorii de care ținem seama sunt: dimensiunea gurii; consistența, proporțiile și forma buzelor; și orientarea colțurilor gurii.

Dimensiunea gurii

Dimensiunea gurii corespunde gradului de atenție de care are nevoie cineva și mai poate să arate și modul în care acesta interacționează cu ceilalți. Gura se măsoară de la un capăt la altul al orificiului bucal, iar asta poate să coincidă sau nu cu lungimea buzelor.

- O ***gură mare*** arată că persoana este extravertită și că-i place să fie în lumina reflectoarelor. Cei care au o gură mare se simt confortabil să stea de vorbă cu oricine și radiază prietenie și energie. Totuși, s-ar putea să se grăbească să le spună oamenilor ce-și doresc să audă.
- O ***gură mică*** arată că persoanei respective nu-i place să fie în centrul atenției. Mai degrabă decât să facă pur și simplu conversație, persoanele cu gura mică își aleg cu atenție cuvintele și se descurcă mai bine în discuțiile serioase, decât într-o conversație simplă. Nu prea sunt genul care să ofere complimente sau să mintă și preferă să rămână tăcuți, decât să spună jumătate de adevăr.

- O ***gură medie*** arată că persoana este flexibilă și capabilă să comunice ușor și eficient, atât față în față, cât și în lumina reflectoarelor. Deși apreciază adevărul, persoana cu gură medie are un talent special de a spune minciuni albe la nevoie.

Consistența buzelor

Dacă buzele unei persoane sunt considerate pline sau subțiri depinde de modul în care sunt raportate la restul feței, și nu prin comparație cu buzele altora. Consistența buzelor arată cât de deschis sau de închis este cineva și cât este de dispus la autodezvăluire. Mai reflectă și cât de mult își îngăduie cineva să acționeze pentru îndeplinirea propriilor dorințe.

- ***Oamenii cu buze pline*** sunt înclinați să-și expună lumea interioară personală, mărturisindu-și sentimentele, dorințele și experiențele personale și invitându-i și pe ceilalți la aceeași deschidere. Au o mare forță persuasivă, precum și tendința inconștientă de a-i pune pe ceilalți la zid.
- ***Oamenii cu buze subțiri*** tind să-și țină gura ferecată, nedezvăluind prea multe despre sine și chiar ținând intenționat secrete. Când vorbesc, nu se pierd în detalii, ci ajung imediat la miezul problemei. Dacă devin prolicși sau vorbesc repede, e posibil să fie agitați sau să ascundă ceva. Nu sunt foarte generoși și-i judecă pe ceilalți conform convingerii că fiecare își face destinul cu mâna lui.

Proporțiile buzelor

Proporțiile buzelor sau dimensiunea uneia dintre buze în comparație cu cealaltă dezvăluie adesea dacă oamenii preferă să discute despre date concrete sau despre sentimente.

- O ***buză superioară mai groasă*** sugerează că acea persoană preferă să vorbească despre idei și emoții, și nu despre lumea materială. Oamenii cu o buză superioară mai groasă pot fi extraordinar de empatici. Totuși tind să fie foarte vorbăreți, iar asta-i poate plictisi pe cei din jur.
- O ***buză inferioară mai groasă*** indică faptul că persoana respectivă preferă conversațiile centrate pe fapte și evenimente, și nu pe sentimente.

Forme speciale ale buzelor

În jargonul citirii feței, buzele cu forme speciale sunt cele care au dimensiuni sau caracteristici neobișnuite. Factorii determinanți cu privire la ce anume dezvăluie despre o persoană sunt: dacă sunt lungi sau scurte, subțiri sau groase și dacă se întind pe toată lungimea gurii. Buzele foarte pliabile și elastice, asimetrice sau cu riduri adânci transmit, la rândul lor, informații specifice.

- ***Buzele foarte lungi și pline***, numite și „buzele iubirii", denotă comunicare, creativitate și trăire. Oamenii cu astfel de buze adoră să facă gesturi mari, își mărturisesc gândurile și le acordă multă atenție celorlalți. Preferă să ofere decât să primească.

- ***Buzele foarte lungi și subțiri*** sunt numite în Germania „gură de milionar", probabil pentru că indică preocuparea pentru lumea materială. Oamenii cu astfel de buze sunt de regulă foarte buni comunicatori, dar evită discuțiile despre emoții și dezvăluirile de sine.
- ***Buzele scurte și foarte groase*** indică faptul că persoana tinde să spună adevărul. Oamenii cu astfel de buze își prețuiesc intimitatea și, de regulă, le mărturisesc chestiuni importante numai prietenilor apropiați.
- ***Buzele scurte și subțiri*** sugerează că persoana respectivă este mai retrasă și tinde mai degrabă să-și ascundă trăirile, chiar și față de cei mai apropiați. Astfel de oameni pot să poarte ranchiună. Când vorbesc, au abilitatea de a identifica imediat miezul problemei, iar cuvintele lor bine alese au greutate pentru cei din jur.
- ***Gura lungă cu buze scurte*** — în această configurație buzele par să se concentreze în centrul unui orificiu larg. Oamenii cu astfel de buze sunt de regulă secretoși și ascund informații nu doar față de ceilalți, ci uneori chiar și față de sine. Pot fi buni sfătuitori, lipsiți de patimă și discreți sau animatori, într-un mod, de asemenea, discret.
- ***Buzele elastice ca de cauciuc***, foarte animate în mișcare, indică gregaritate și plăcerea exprimării de sine. Oamenii cu astfel de buze pot fi foarte impulsivi și adesea frustrați.
- ***Buzele asimetrice*** semnifică faptul că persoana respectivă este copleșită de nesiguranțe și îi e greu să aibă încredere în ceilalți. Astfel de oameni tind să fie foarte pasionali, dar și foarte geloși.
- ***Buzele strânse*** prezintă câteva riduri adânci care le străbat, de la nivelul filtrumului până deasupra

bărbiei. Aceste riduri sunt diferite de seria de riduri scurte și fine observate adesea deasupra buzei superioare la femeile în vârstă și care semnifică scăderea nivelului de estrogen. În schimb, aceste riduri arată de parcă gura ar fi fost cusută strâns cu 1–6 copci mari. Aceste riduri dezvăluie mari greutăți întâmpinate în viață, fie privațiuni de-a lungul mai multor ani, fie anumite traume care n-au făcut practic decât să pecetluiască gura, împiedicând discutarea experiențelor dificile și a emoțiilor.

Colțurile gurii

Colțurile gurii sunt un element esențial al citirii feței, deoarece dețin cheia înțelegerii naturii fundamentale a unei persoane. În stare de repaus, majoritatea oamenilor au colțurile gurii orientate în sus sau au o poziție neutră, fiind direcționate către obraji. Dar faptul că natura unei persoane este „de bază" sau fundamentală nu înseamnă că este imuabilă. Se poate schimba de-a lungul anilor. Râsul frecvent — chiar și zâmbetul fals de fiecare zi — poate să modifice atitudinea unei persoane, determinând colțurile gurii să se orienteze în sus.

- ***Colțurile gurii orientate în jos*** semnifică o natură pesimistă sau chiar posomorâtă. Persoanele cu colțurile gurii orientate în jos au un sentiment redus al stării de bine și tind să se aștepte la tot ce e mai rău. Fie din cauza vreunei angoase sau suferințe, fie pur și simplu pentru că nu găsesc niciun motiv de bucurie, privesc întotdeauna partea goală a paharului.
- ***Colțurile gurii orientate în sus*** semnifică o natură fundamentală veselă, curioasă, optimistă și

încrezătoare în viitor. Oamenii cu colțurile gurii orientate în sus sunt plini de energie și activi, pe deplin implicați în viața lor și înclinați către bucurie.

Fruntea

Cine suntem și cum gândim ne este, conform unei expresii cunoscute, „scris în frunte". Fruntea este asemenea unei pancarte care-i arată lumii personalitatea noastră, de aceea e important să-ți pun la dispoziție câteva elemente de bază în acest sens. Ochii și gura creează portretul unei persoane, dar fruntea poate să ajute la confirmarea impresiei inițiale, să vină cu clarificări privind contradicțiile observate sau să vină cu amănuntul lipsă.

Ca regulă generală, majoritatea liniilor faciale de deasupra ochilor au legătură cu personalitatea și cu dezvoltarea acesteia pe parcursul vieții. Ridurile de pe frunte pot să arate eforturile pe care le-am făcut, conștient sau inconștient, ca să ne integrăm personalitatea și caracterul. Forma frunții alături de numărul și natura ridurilor sunt pline de semnificații pentru un cititor de fețe.

Forma frunții

Termenii de „înaltă" sau „teșită" cu referire la frunte se bazează pe distanța dintre sprâncene și linia părului; „îngustă" sau „lată" se bazează pe distanța de la o tâmplă la alta.

- O frunte ***înaltă*** poate să indice inteligență și perspicacitate ridicate, căci mulți o asociază cu un volum mare al creierului.

- O frunte ***teșită*** poate să indice lipsă de viziune și tendința de a da de necazuri, precum și, pentru unii, lipsă de charismă.
- O frunte ***lată*** poate să indice viziune, tendința de a planifica din timp, deschidere și toleranță.
- O frunte ***îngustă*** poate să indice o lipsă de toleranță și o gândire limitată, precum și tendința de asumare a părerilor altor oameni.

Ridurile orizontale de pe frunte

Nu toți oamenii au același număr sau același tip de riduri pe frunte. În mod normal, există trei linii orizontale principale, fiecare dintre ele asociate cu diverse domenii de viață. În general, cu cât sunt mai multe riduri pe frunte, cu atât este mai complexă personalitatea. Deși ridurile de pe frunte sunt cele mai vizibile la adulții în vârstă, pot să fie prezente și la cei mai tineri când se încruntă. Unii cititori chinezi de fețe consideră că liniile de pe frunte sunt prezente și la bebeluși, dar se estompează și apoi reapar în funcție de experiența de viață.

Cele trei linii orizontale, plus încă un tip comun de rid sunt:

- Ridul de ***jos***, cel mai apropiat de sprâncene, ce are legătură cu lumea materială
- Ridul de la ***mijloc***, ce are legătură cu sinele sau cu eul
- Ridul ***cel mai de sus***, cel mai apropiat de linia părului, ce are legătură cu creativitatea, idealismul și viața spirituală
- Ridurile ***instinctului*** sau ***intuiției***, pe care le au mulți oameni, apar deasupra fiecărei sprâncene

și se formează dacă persoana respectivă are multe momente de tip *aha!*, care o determină să ridice la propriu sau la figurat din sprâncene, ca și cum ar spune „M-am prins!"

Adâncimea și lungimea fiecăruia dintre riduri semnifică importanța pe care o are acel domeniu în viața persoanei respective. De exemplu, o persoană cu un singur rid pe frunte sau cu unul foarte proeminent în apropiere de sprâncene este preocupată de viața de zi cu zi, și nu de o căutare de sine sau de idei spirituale abstracte. Celelalte riduri se pot adânci pe măsură ce persoana respectivă își dezvoltă interesele corespondente.

- ***Trei riduri orizontale de lungime și profunzime aproximativ egale*** indică faptul că persoana respectivă este centrată, are o personalitate distinctă și interese diverse, îmbrățișând provocările.
- ***Riduri orizontale neîntrerupte sau continue*** indică faptul că persoana respectivă este echilibrată într-un anumit domeniu și poate rezolva rapid problemele.
- ***Riduri orizontale întrerupte sau discontinue*** indică faptul că persoana respectivă are probleme nerezolvate într-un anumit domeniu. O astfel de persoană poate avea multe interese, dar îi lipsește concentrarea pentru a progresa sau a duce lucrurile la bun sfârșit. Poate fi un căutător permanent, mereu gata să-și afle adevărata cale în viață și să-și pună la îndoială sau să-și regrete direcțiile din trecut.
- ***Câteva riduri orizontale între cele principale*** reflectă problemele sau interesele persoanei respective. Liniile preponderent drepte, dar scurte indică problemele de care se ocupă acea persoană; când sunt puțin mai lungi, arată că problemele s-au rezolvat.

Uneori, aceste linii pornesc din centrul frunții și se întind spre tâmple. Dacă pornesc din partea stângă, indică faptul că problema emană din domeniul inconștientului, al creativității; cele care pornesc din partea dreaptă apar din domeniul logicii, al materialității.

- ***Multe riduri pe toată fruntea, înclinate aleatoriu,*** semnifică faptul că persoana este ceea ce cititorii chinezi de fețe numesc „liberă ca pasărea cerului". Astfel de persoane sunt de obicei pline de viață și fascinante pentru că au multe interese, dar nu stau niciodată suficient de mult într-un loc cât să dea curs vreunuia dintre acele interese. De regulă, cei liberi ca pasărea cerului nu sunt candidați buni pentru angajamentele pe termen lung.

Ridurile verticale de pe frunte

Liniile verticale de pe frunte sau ridurile verticale de la nivelul glabelei pornesc de la rădăcina nasului și se întind printre sprâncene până la linia părului. Craniul are o ușoară depresiune între sprâncene, numită glabelă. În cadrul școlii chineze Mien Shiang de citire a feței, precum și în cadrul sistemului antic al fizionomiei, aceste riduri sunt considerate niște mărci semnificative ale caracterului sau chiar ale destinului.

Foarte interesant, la vechile statui și portrete, rareori vedem riduri verticale la nivelul glabelei. Nu doar că par să fie o apariție destul de recentă, dar sunt mai comune în lumea occidentală decât în Orient și apar mai degrabă în emisfera nordică, decât în cea sudică. Asta sugerează că în zonele mai industrializate ale globului oamenii gândesc diferit, probabil mai analitic și strategic.

Categoriile acestor riduri sunt:

- ***Riduri verticale paralele între sprâncene***, care sunt drepte, se mai numesc și riduri de la „încruntare" sau de la „gândire", căci apar după ani întregi de concentrare intensivă, analiză critică sau frământare. Sunt adesea prezente la cei care tind să se gândească mult înainte de a lua o decizie.
- ***Riduri inversate între sprâncene*** sunt niște arcuri de cerc curbate spre exterior, astfel încât segmentele lor cele mai rotunjite sunt foarte apropiate. Pot să indice o natură temătoare și dificultăți în menținerea convingerilor.
- ***Ridurile în formă de V inversat între sprâncene*** sunt drepte și tot mai apropiate unele de altele spre vârf, luând forma unui con vulcanic. Semnifică o stimă de sine ridicată și poate și o atitudine de tipul „eu pe primul loc".
- ***O crestătură individuală verticală între sprâncene*** se cheamă „acul suspendat". Se întâlnește adesea la persoanele foarte competitive, căci semnifică voință și motivație puternice, precum și aplecare către efort. Totuși, mai poate să indice și un anumit grad de egotism, desconsiderarea celorlalți și, uneori, aversiune față de risc, putând sabota succesul.
- ***Ridurile verticale neuniforme între sprâncene*** nu reprezintă o categorie anume, dar merită remarcat că liniile de lungimi apreciabil diferite pot să indice ce anume gândește o persoană: o linie lungă pe partea stângă sugerează o preocupare mai intensă pentru sentimente, iar pe partea dreaptă, pentru logică și analiză.

Mâinile

Cititorii de fețe numesc mâinile „al doilea chip", nu pentru că le analizăm liniile, cum fac cititorii în palmă, ci pentru că forma lor și felul în care se mișcă pot să reflecte personalitatea noastră în acțiune. Orice dorim să realizăm, mâinile noastre execută. Sunt prevăzute cu 27 de oase și 33 de mușchi, ceea ce le face deosebit de expresive și de sensibile. Ne îndoim și ne îndreptăm degetele, după unele estimări, de 25 de milioane de ori în decursul vieții.

Studiul mâinii sau chirologia s-a născut în India acum câteva mii de ani și s-a răspândit în China, Tibet, Persia și Egipt. Când a ajuns în Europa, Aristotel a devenit unul dintre adepți. De-atunci și până în secolul al XIX-lea, cu excepția unei perioade în care Biserica Catolică a interzis-o ca fiind „păgână", chirologia a fost considerată o știință serioasă. Mai multe probleme medicale — guta, de exemplu — pot fi identificate astfel.

Recunoaștem intuitiv importanța mâinilor când facem cunoștință cu oameni noi. Cercetările arată că, după ce evaluăm fața, ochii noștri se îndreaptă către mâini. Asta e valabil mai ales în cazul femeilor. Poate că verificarea mâinilor este un comportament adaptativ, cum se spune că ar fi când dai mâna cu cineva — ca să te asiguri că persoana din fața ta nu reprezintă o amenințare. Pentru cititorii de fețe, mâinile sunt utile numai ca plan de rezervă, pentru a confirma sau a oferi informații suplimentare față de cele observate la nivelul trăsăturilor feței. Pentru noi, ce se vede pe față este mai semnificativ decât forma mâinilor.

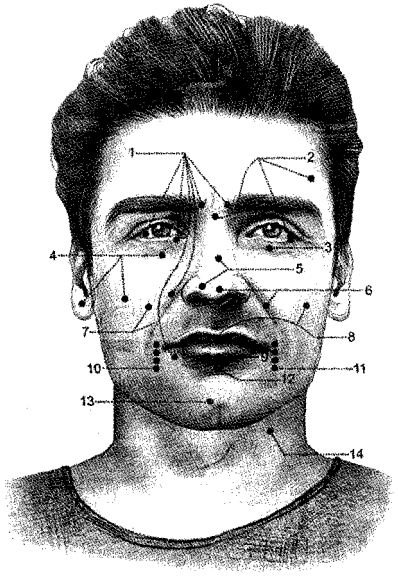
Cele patru tipuri elementare de mână sunt denumite astfel: de Pământ, de Aer, de Foc și de Apă. Denumirile provin din vechiul sistem grecesc creat de Empedocle și nu au nicio legătură cu imemorialele teorii chineze despre aceste elemente.

- ***Mâna de Pământ*** are palme late, pătrățoase, cu câteva linii bine definite și degete groase, de aceeași lungime sau mai scurte decât palma. Pielea poate să fie groasă sau înroșită. Persoana cu mâini de Pământ este de regulă foarte muncitoare, extrem de pragmatică, organizată și determinată; este de încredere și stabilă. Deși creativi și pricepuți cu mâinile, unii sunt puțin prea cu picioarele pe pământ și le-ar prinde bine stimularea imaginației.
- ***Mâna de Aer*** are, de asemenea, palma pătrățoasă, adesea cu o rețea de linii adânci, și degete lungi și subțiri. Persoanele cu mâini de Aer sunt de regulă dinamice, pline de viață și se plictisesc ușor. Tind să fie curioase, chiar intelectuale — motivate mai mult de cunoaștere și logică decât de emoții. Comunicatori fervenți, ei își punctează adesea discursul cu gesturi ale mâinii.
- ***Mâna de Foc*** are o palmă alungită, dreptunghiulară, brăzdată adesea de o serie de linii, și cu degete scurte. Oamenii cu mâini de Foc sunt niște extravertiți calzi și pasionali, adesea populari, pentru că sunt toleranți cu ceilalți și se țin de cuvânt. Agitați și hotărâți, sunt mereu în căutare de provocări creative și riscă să ajungă la epuizare dacă nu sunt atenți la gestionarea stresului.
- ***Mâna de Apă*** are o palmă alungită, uneori de formă ovală, cu linii fine și ordonate, și niște degete lungi, rotunjite sau curbate. Cei care au mâini de Apă tind să fie sensibili, curioși și receptivi — rapizi în asimilarea informațiilor. Iubesc arta, muzica și natura și sunt adesea niște visători, posibil înclinați către schimbări de dispoziție afectivă.

III. Chipul sănătății

Cu mii de ani în urmă, înainte de microscoape și de aparatura radiologică, citirea feței era metoda principală de diagnostic medical. De-a lungul a mii de ani s-au dezvoltat numeroase tradiții, de la diagnoza facială europeană la Ayurveda indiană și, desigur, sistemul chinez Mien Shiang. În prezent, medicina integrativă, ce combină disciplina alopată (convențională) cu cele alternative, încorporează o serie de metode tradiționale de diagnostic și tratament, printre care și citirea feței.

Evident, este nevoie de mulți ani de studiu pentru a stăpâni arta și știința diagnosticării, dar în cele ce urmează



Regiunile medicale ale feței. 1. Ficat. 2. Tiroidă. 3. Vezică urinară. 4. Rinichi. 5. Plămâni. 6. Stomac. 7. Inimă. 8. Intestin subțire. 9. Colon. 10. Splină. 11. Splină. 12. Bilă. 13. Abdomen. 14. Tiroidă.

sunt câteva probleme medicale pe care le poate scoate la iveală citirea feței. Orice dezechilibru trebuie interpretat în contextul celorlalte trăsături ale persoanei respective.

Deoarece ochii și gura sunt cele mai edificatoare părți ale feței, ne vom concentra pe indiciile pe care le oferă.

Notă: informațiile din această secțiune nu înlocuiesc recomandările unui medic specialist.

Ochii

Când are în vedere starea de sănătate, un cititor de fețe nu examinează numai sclerotica, irisul și pupila, ci și pleoapele de sus și de jos, zona din jurul ochilor, precum și privirea unei persoane. Prima chestiune este dacă ochii sunt limpezi, luminoși și aparent alerți; dacă sclerotica este albă; și dacă pupilele sunt dilatate. Un simptom observat este semnificativ dacă persistă, și nu dacă este doar rezultatul unui acces de alergie sau al câtorva nopți nedormite.

- ***Ochii apoși*** indică slăbirea nervilor și apar de cele mai multe ori la persoane care sunt triste, îngrijorate sau dezechilibrate emoțional ca urmare a unei traume. Mai pot să se manifeste schimbări frecvente de dispoziție afectivă sau alte tulburări afective.
- ***Ochii încețoșați***, care sunt un efect al ochilor apoși, pot să însemne un nivel scăzut de vitalitate și, astfel, o predispoziție ridicată către inflamație și infecții.

Sclerotica

La o persoană sănătoasă, sclerotica este de obicei albă. Modificările de culoare ale acesteia indică probleme de

severitate variabilă, iar dacă nu dispar rapid, atunci este obligatoriu un consult medical.

- ***Ochii înroșiți*** apar din cauza dilatării vaselor de sânge de la nivelul conjunctivei, aceasta fiind mucoasa ce căptușește pleoapele și protejează globul ocular. Această dilatare poate fi cauzată de o substanță iritantă ca fumul de țigară sau picăturile de ochi, de o răceală, o alergie sau o infecție a acestei mucoase, numită conjunctivită. Înroșirea numai a unuia dintre ochi este probabil provocată de un iritant de un fel sau altul. Ochii injectați pot fi un simptom de consum excesiv de alcool. Dacă roșeața nu dispare rapid sau dacă este însoțită de mâncărimi, senzație de arsură, sensibilitate la lumină sau dacă ochii încep să curgă, asta poate însemna că problema este mai gravă.
- ***Ochii cu vinișoare roșii, cu vase de sânge sparte sau cu pete roșii***, fără mâncărime sau senzație de arsură, pot apărea din cauza unor corpuri străine ce-au intrat în contact cu ochiul, frecării puternice, alergiilor sau chiar strănutului ori tusei puternice. Vinișoarele roșii care persistă pot să fie un semn de stază venoasă, asta însemnând că, din cine știe ce motiv, sângele nu circulă cu ușurință la nivelul ochiului. Spargerea constantă a vaselor de sânge la nivelul ochiului poate să indice hipertensiune arterială.
- ***Ochii îngălbeniți*** (afecțiune numită ***icter***) sunt întotdeauna motiv de îngrijorare, căci indică o acumulare de bilirubină, pigmentul creat prin descompunerea eritrocitelor, în sânge, de regulă din cauza unei disfuncții hepatice sau biliare. Motivele unor astfel de disfuncții pot fi hepatita, ciroza sau cancerul hepatic ori pancreatic. Ochii îngălbeniți necesită asistență medicală de urgență.

- ***Petele maronii*** la nivelul sclereticei necesită, de asemenea, asistență medicală imediată, căci pot fi rezultatul unor lovituri anterioare la nivelul ochiului, dar de multe ori sunt semnul unor boli grave, printre care inflamația acută a vezicii biliare sau vreo boală a ficatului, cum ar fi hepatita.

Irisul și pupilele

Așa cum am afirmat mai sus, în secțiunea „Elementele feței", culoarea ochilor nu contează de obicei pentru cititorii de fețe, dar este important de văzut dacă irisurile au culori diferite. Pupilele au o semnificație mult mai mare, căci reflectă atât personalitatea, cât și tendințele stării de sănătate. Sistemul nervos simpatic al organismului dilată pupilele și, ca reacție la lumină, sistemul nervos parasimpatic le contractă. Multe medicamente dilată pupilele în așa măsură, încât chiar și fasciculul unei lanterne plimbat prin fața ochilor nu le mai face să se contracte. Emoțiile, durerile fizice și consumul excesiv de alcool influențează, la rândul lor, dimensiunea pupilei.

- ***Ochii de culori diferite*** pot să fie rezultatul unei tulburări genetice benigne care determină distribuirea neuniformă a pigmentului. Chiar dacă ochii pot fi total diferiți — să spunem, unul albastru și unul căprui — de cele mai multe ori, un ochi are o pată de o altă culoare (heterocromie sectorială). De obicei asta nu afectează vederea. Cititorii de fețe consideră că persoanele cu ochi diferiți sunt foarte sensibile, fiind probabil supuse unor dispoziții afective instabile și unor boli nervoase. Cu toate acestea, în unele cazuri, diferența este rezultatul unei boli, lovituri sau medicații. O inflamație a ochiului, de pildă,

poate face ca irisul acelui ochi să capete o culoare mai ștearsă.

- ***Pupilele mari***, asociate cu emoționalitatea, sugerează că persoana respectivă poate suferi de perturbări ale dispoziției afective care o lasă fără energie. Oamenii cu pupile mari pot să aibă un sistem limfatic mai leneș, cu simptome precum constipație și noduli limfatici inflamați, dar și probleme circulatorii și afecțiuni cardiace. De asemenea, mai pot fi predispuși la slăbirea țesutului conjunctiv, ceea ce afectează pielea și oasele, și le-ar prinde bine să fie atenți la echilibrul acid-alcalin din alimentația lor (punând accentul pe produsele vegetale în locul celor animale).
- ***Pupilele mici***, asociate cu frământările și grijile, sugerează predispoziție către probleme musculare și articulare, precum și către contracții vasculare și probleme generate de stres, cum ar fi accidentul vascular cerebral.

Culoarea pielii și laba-gâștei în jurul ochilor

Multe tipuri de afecțiuni pot provoca modificarea culorii pielii și apariția cearcănelor sub ochi, de la insomnie la carențe de minerale și la afecțiuni ale pielii. Motivul pentru care apar este circulația deficitară la nivelul pielii subțiri din jurul ochilor sau, în unele cazuri, nivelul prea scăzut de oxigen din sânge. La copii, umbrele de sub ochi pot fi un simptom de deshidratare. Nuanța și aspectul pielii din jurul ochilor oferă indicii referitoare la cauză.

- ***Pielea subțire, aproape transparentă în jurul ochilor*** poate fi determinată de somnul insuficient, dar mai poate să indice și modificări hormonale, alergii sau eczemă.

- ***Culoarea roșiatică-maronie sub ochi sau în jurul lor*** este însoțită adesea de pungi sub ochi sau de piele lăsată, însemnând o acumulare de reziduuri metabolice. Poate deveni mai accentuată cu vârsta, căci subțierea pielii face să se vadă mai bine culoarea vaselor de sânge de sub piele. Oamenii cu cearcăne roșietice-maronii tind să fie epuizați, dar agitați și stresați și, ca urmare, se simt dezechilibrați emoțional.
- ***Culoarea albăstrie sau gri sub ochi ori în jurul lor***, însoțită de pungi sub ochi, poate fi un semn de mare oboseală, alergii ca febra fânului sau, asemenea nuanțelor roșietice-maronii, semn al vaselor de sânge vizibile prin pielea subțiată. Însă o altă cauză posibilă este carența constantă de fier și, din cauza ei, un sistem imunitar foarte slăbit. Vedem adesea o nuanță albăstrie sau cenușie în jurul ochilor la femei în timpul menstruației sau la persoanele care sunt ori au fost bolnave de curând.
- ***Laba-gâștei*** sau ***ridurile râsului*** sunt niște riduri drepte, fine, ce pornesc de la colțul exterior al ochiului către tâmple. Deoarece când râdem simțim cum propriile colțuri ale ochilor se încrețesc, când vedem la alții laba-gâștei o asociem cu plăcerea râsului. Prin urmare, subconștient, suntem atrași de ridurile râsului. Unora le e teamă să râdă ca să nu le adâncească, dar aceasta este o temere nejustificată. Deși aceste riduri apar ca urmare a anilor în care ne-am străbat de râs, ele sunt o combinație între genetică și carențele minerale ce se acutizează odată cu vârsta, plus slăbirea țesutului conjunctiv, care le face mai vizibile. Dacă sunt foarte lungi și adânci, pot să însemne o mare lipsă de energie, precum și mari probleme cu țesutul conjunctiv, ca osteoporoza la femei și herniile la bărbați.

Poziționarea în orbite

La fel cum niște ochi neobișnuit de bulbucați sau de adânciți în orbite reflectă anumite trăsături de personalitate, ei mai pot să ofere și indicii importante despre starea de sănătate. Ambele situații impun asistență medicală, căci afecțiunile care le provoacă pot fi grave.

- ***Ochii bulbucați***, în cazuri extreme, pot fi atât de ieșiți în afară, încât pleoapele să nu se mai poată închide complet. Dar chiar și situații mai puțin extreme indică faptul că sistemul imunitar atacă anumite structuri organice, printre care depozitele de grăsimi din spatele ochilor și mușchii oculari, inflamându-i și mărindu-i. Potențialele cauze ale ochilor bulbucați sunt tulburările de hiperactivitate tiroidiană ca boala Graves, leucemia și tumorile oculare.
- ***Ochii adânciți în orbite*** apar când depozitele de grăsimi din spatele acestora se micșorează, probabil din cauza unei boli grave, ce poate fi determinată numai în urma unui examen medical. Cititorii de fețe asociază astfel de ochi cu un nivel foarte scăzut de energie și îi previn pe cei care au ochii adânciți în orbite să evite să se suprasolicite. Asocierea dintre adâncirea ochilor în orbite și tâmplele scobite poate să reprezinte o situație ce pune viața în pericol.

Pleoapele

Dată fiind pielea lor subțire și sensibilă, pleoapele de sus și de jos sunt un barometru al stării de sănătate, atât a ochilor, cât și a altor sisteme organice. Pleoapele superioare inflamate și pungile de sub ochi pot să indice orice,

de la somn insuficient și plâns până la consum excesiv de alcool și tulburări electrolitice ale inimii, vezicii biliare și rinichilor. Pete gălbui-albicioase sub ochi și în apropierea nasului pot fi semne de probleme hepatice sau tiroidiene. Pleoapele care se zbat pot să indice tulburări neurologice. Un cititor experimentat de fețe poate să interpreteze asimetriile pleoapelor în conjuncție cu alte semne prezente pe față și pe corp și poate ajuta la limitarea numărului de variante posibile. E posibil să fie necesare analize medicale pentru stabilirea mai precisă a cauzelor. Iată câteva dintre afecțiunile pe care le pot indica pleoapele:

- ***Pleoapele inferioare umflate*** sau ***pungile sub ochi*** se asociază cu stări precum accese puternice de plâns, menstruație, consum ridicat de sare sau medicamente care induc retenția de lichide. Când aceste stări se schimbă, poate să dispară și umflătura. Umflătura poate să persiste și ca urmare a unor probleme cu sinusurile, a hipofuncției tiroidiene, mai ales dacă este însoțită de oboseală, a sarcinii și problemelor cu uterul sau cu prostata. Afecțiunile vezicii sau ale rinichilor, cum ar fi insuficiența renală, pot fi o cauză, deoarece organismul nu elimină adecvat apa. Dacă pleoapele inferioare au o nuanță albastră-purpurie, se poate ca o inimă slăbită să pună presiune pe rinichi.
- ***Pleoapele superioare umflate*** sau ***așa-numitele pleoape-glugă*** pot să nu fie la fel de vizibile ca pungile de sub ochi. În general, zona preorbitală sau regiunea din jurul ochilor este unul dintre primele locuri unde apar semnele îmbătrânirii, prin lăsarea pielii din cauza slăbirii țesutului conjunctiv. Aceasta se mai asociază și cu metabolismul lichidelor și cu eliminarea reziduurilor. Umflarea zonei de sub sprâncene este de regulă un semn de aciditate

organică. Dar umflarea și lăsarea pleoapelor superioare se poate să aibă legătură cu inima, putând să însemne congestie venoasă, adică faptul că țesutul ocular este scăldat în fluide care nu circulă din cauza unor probleme cardiace, cum ar fi defectele de valvă sau tamponada cardiacă (acumularea de fluid în jurul inimii, îngreunându-i activitatea), din cauza unor embolii pulmonare și a altor afecțiuni grave. Dacă este vorba de inimă, mai există și alte simptome fizice, cum ar fi reținerea apei la nivelul mâinilor, picioarelor, gleznelor și în spatele cefei, mai ales seara.

- ***Depozitele alb-gălbui de grăsimi***, numite ***xantelasme***, sunt mici acumulări de grăsimi nedescompuse (colesterol și lipide) ce se acumulează sub ochi și pe pleoapele superioare, în apropierea nasului. Acestea nu dispar de la sine și pot să indice probleme hepatice sau biliare. Apar adesea la alcoolici și la persoanele cu hipofuncție tiroidiană sau cu boala ficatului gras.
- ***Zbaterile*** sau ***mișcările neregulate ale pleoapei*** sunt de regulă ticuri sau contracții musculare inofensive, care de obicei afectează pleoapa unui ochi (de cele mai multe ori, dar nu de fiecare dată, este vorba de pleoapa de jos). Pot fi provocate de oboseală, stres, consum excesiv de cofeină sau prea mult timp petrecut în fața calculatorului ori a televizorului. Uneori apar ca urmare a carenței de magneziu. Dar zbaterile frecvente și persistente, mai ales dacă se resimt și la nivelul feței, impun un consult medical, căci pot să indice o tulburare neurologică. Dacă sunt însoțite de crampe la nivelul mâinilor și picioarelor, de dureri de stomac, transpirație, puls accelerat sau alte simptome tulburătoare, pot să reprezinte o distonie a sistemului vegetativ, provocată de afecțiuni

ca diabetul, artrita reumatoidă, cancerul sau boala Parkinson.

O clipire rară, ce poate să indice hipofuncție tiroidiană, necesită la rândul său investigații medicale.

Privirea

Pentru maeștri chinezi ai școlii Mien Shiang, privirea este un criteriu important în evaluarea sănătății, deși valoarea sa de diagnostic e mai puțin înțeleasă în Occident. Motivul poate fi acela că interpretarea privirii necesită o specializare riguroasă. Maeștrii chinezi evaluează privirea din momentul primului contact vizual cu o persoană. O privire sănătoasă este limpede și calmă, persoana clipind ocazional și constant, pentru ca ochii să rămână umeziți în lichidul lacrimal. Privirile atipice, considerate posibile semne de boală, sunt privirea lucioasă, sticloasă, în gol și ternă.

- ***Privirea lucioasă*** este apoasă, dar fără să fie sinonimă cu prezența lacrimilor. Semnifică agitație — fizică, de genul febrilității, sau emoțională, sub formă de entuziasm sau furie intense. Dacă apare des, fără o cauză identificabilă, este un indiciu al slăbirii nervoase.
- ***Privirea sticloasă*** apare frecvent după privirea lucioasă și indică faptul că emoția s-a disipat, iar ochii sunt goi. Este un semn îngrijorător de slăbiciune fizică, de tipul unei carențe nutritive sau al debutului unei boli.
- ***Privirea în gol*** este fără viață, neanimată, ca și cum în spatele ochilor nu ar mai fi nimeni. Este considerată o dovadă a unor probleme intestinale

sau a vreunui proces potențial fatal ce are loc în organism.

- ***Privirea ternă*** se caracterizează prin lipsa de strălucire a ochilor, adesea ascunși de pleoapele căzute. Și aceasta indică slăbiciune, posibil gravă, la nivelul inimii sau al circulației sângelui.

Sprâncenele

Deoarece acestea încadrează ochii și fac parte din zona preorbitală, atât de importantă în evaluarea stării de sănătate, sprâncenele merită să fie discutate. Diversele tipuri de sprâncene și poziționarea acestora oferă indicii privind funcționarea sistemelor organice. Clasificările majore includ: sprâncenele stufoase; sprâncenele unite; sprâncenele subțiri; albite prematur; sprâncenele scurte.

- ***Sprâncenele stufoase,*** care sunt late, groase și flocoase, indică un exces de hormoni masculini. La femei sugerează slăbirea organelor genitale feminine și poate o menopauză prematură, mai ales când apare și o ușoară mustață.
- ***Sprâncenele unite*** nu sunt separate la nivelul punții nazale, arătând în anumite cazuri ca o singură fâșie de păr. Aristotel considera astfel de sprâncene un semn de melancolie și de posomoreală. Cititorii moderni de fețe susțin că apar în primul rând la cei cu o voință puternică și înguști la minte, elemente ce se corelează cu durerile de cap și cu hipertensiunea arterială. Mai pot să însemne și vulnerabilitate în fața crizelor circulatorii (apoplexie) și epileptice.
- ***Sprâncenele subțiri***, înguste și foarte rare, pot fi considerate atrăgătoare în cazul femeilor, dar pot să indice o deficiență de estrogen și menstruații

dureroase. La bărbați, pot să sugereze o slăbiciune a organelor genitale masculine.

- ***Sprâncenele albite prematur*** au suficiente fire albe încât să capete un aspect de sare-și-piper. Pe măsură ce îmbătrânim, sprâncenele noastre devin în mod natural grizonante cu cât organismul secretă mai puțină melanină. Dar la persoanele tinere sprâncenele albite sunt un semn prevestitor de depresie și semnalează chiar riscul unor tulburări circulatorii la nivelul creierului (scleroză cerebrală).
- ***Sprâncenele scurte*** se termină la jumătate deasupra ochiului în loc să se întindă până la colțul ochiului sau dincolo de acesta. Persoanele cu sprâncene scurte tind să aibă așteptări exagerate, adesea neîndeplinite, ceea ce le face iritabile. Sprâncenele scurte indică de obicei tulburări endocrine și sugerează o predispoziție către slăbirea vezicii biliare. Dacă par să se termine brusc, și nu progresiv sau dacă încep să cadă perii mai scurți de la capăt, se poate ca persoana respectivă să aibă o hipofuncție tiroidiană.

Gura

Fiind începutul tractului digestiv, este o sursă foarte bună de informații legate de organele implicate în procesarea alimentelor și transformarea lor în energie. Este vorba de organe ca intestinul subțire și cel gros, stomacul, splina, pancreasul, ficatul și vezica biliară. Factorii de care țin seama cititorii de fețe sunt culoarea și forma ambelor buze (cea de jos oferind informații despre intestinul gros, iar cea de sus despre intestinul subțire și despre stomac); culoarea pielii, fie la colțurile gurii, fie deasupra și dedesubtul buzelor; și ridurile din jurul gurii. Iată câteva dintre semnele cele mai importante pentru starea de sănătate.

- ***Buzele umflate***, amândouă sau doar una dintre ele, indică adesea o reacție alergică la alimente, băuturi sau cosmetice, în special dacă umflarea lor este însoțită de simptome precum ochi lăcrimoși, inflamarea mucoaselor și înroșirea pielii. O inflamare persistentă fără o cauză clară impune o consultație medicală, căci poate fi un simptom de tulburări neurologice sau, când buza de jos este umflată și plină de cruste roșii sau albe, un prim stadiu al unui anumit cancer de piele.
- ***Buzele foarte mici și subțiri*** arată că persoana respectivă are probleme de renunțare, atât din perspectivă emoțională, cât și fizică, legate de digestie și de alte funcții. Persoanele cu astfel de buze au hipoaciditate gastrică, prin urmare nu digeră bine alimentele și se simt adesea inconfortabil de pline și de balonate. Sunt predispuse la inflamații intestinale care cauzează constipație sau diaree. La bătrânețe, activitatea digestivă încetinește la multe persoane, iar asta se poate reflecta în subțierea buzelor.
- ***Buzele albăstrii*** semnifică o lipsă de oxigen în sânge. Cauza cea mai comună este expunerea la temperaturi joase, care determină contractarea vaselor de sânge de la nivelul buzelor. Stresul emoțional intens poate să aibă un efect similar, la fel și fumatul excesiv, intoxicația cu monoxid de carbon și tulburările respiratorii ca astmul, bronșita și pneumonia. Buzele albăstrii mai sunt și un simptom de boală Raynaud, ce provoacă spasme ale vaselor de sânge; acestea se contractă brusc, ceea ce face ca degetele de la mâini și de la picioare, nasul și urechile să amorțească și să devină albăstrii pentru

un interval cuprins între câteva minute și câteva ore. Cu excepția situațiilor de expunere la frig (când buzele, expuse la căldură, își revin rapid la culoarea normală), culoarea albăstrie a buzelor sau a oricărei alte părți a corpului este o tulburare numită cianoză și poate să indice o stare de urgență medicală.

- O ***buză de jos albicioasă*** înseamnă că sângele nu circulă prin ea suficient cât să-i dea culoarea roșiatică obișnuită. Nuanța albă poate fi din loc în loc sau poate cuprinde întreaga buză. Lipsa culorii poate să indice anumite carențe ale sângelui sau un număr scăzut de hematii (anemie), probabil din cauza unor sângerări intestinale. Merită remarcat orice semn neobișnuit la nivelul buzei inferioare — inflamație, crăpături și altele asemenea.
- O ***buză de jos cu marginea umflată***, care pare să aibă o bandă subțire și inflamată dedesubt sugerează probleme cu organele de detoxificare ale corpului, în special ficatul. Cauza probabil că este consumul excesiv de alcool și de tutun ori dificultatea de a procesa anumite medicamente sau substanțe neobișnuite. Locul unde se găsește umflătura de-a lungul buzei indică organul afectat: în centru este pancreasul, în partea dreaptă sau stângă față de centru este vezica biliară, iar la colțuri este splina. Dacă inflamația persistă, e bine să fie consultat medicul.
- O ***buză de jos cu marginea umflată și coșuri*** pe bărbie sugerează posibilitatea unor tulburări abdominale sau a unor dezechilibre hormonale. O zonă sensibilă sub nări întărește această impresie.

Culoarea pielii din jurul gurii

- O ***culoare albăstrie*** în jurul gurii, așa cum am afirmat în secțiunea despre „Buze" de mai sus, este un semn de lipsă de oxigen și necesită asistență medicală.
- O ***culoare gălbuie*** nu a buzelor, ci în jurul gurii, indică probleme de metabolizare a grăsimilor și incapacitatea intestinului de a tolera alimente bogate în grăsimi.
- O ***culoare maronie*** în jurul gurii arată că intestinul este stresat de fermentație sau de ingerarea unor substanțe neobișnuite ori a unor toxine.
- O ***culoare cenușie*** în jurul gurii se întâlnește adesea la oamenii mai în vârstă și indică faptul că mușchii și alte elemente ale tractului digestiv nu mai funcționează la fel de bine și că este dificilă descompunerea alimentelor în substanțe nutritive accesibile.
- ***Colțuri ale gurii înroșite și dureroase***, cu fisuri sau crăpături, pot fi destul de persistente și de greu vindecabile. Apar de regulă la cei bolnăvicioși și epuizați din motive precum tulburările tiroidiene, anemia prin carență de fier și un sistem imunitar profund disfuncțional, care se luptă să combată bacterii, fungi și virusuri.

Ridurile din jurul gurii

- ***Ridurile verticale fine deasupra buzei superioare*** (iar uneori și dedesubtul celei inferioare) apar numai la femei, niciodată la bărbați. De foarte multe ori le observăm în serii de câte 20–30 la femeile aflate la menopauză, deoarece aceste riduri se asociază

cu diminuarea nivelului de estrogen. Dacă apar la o femeie mai tânără sunt motiv de îngrijorare, căci indică un dezechilibru hormonal.

- ***Ridurile verticale individuale deasupra buzei superioare***, așa cum am afirmat la pagina 278 în secțiunea „Elementele feței", se prezintă sub forma unor linii verticale adânci și groase deasupra buzei superioare — adesea ajungând și până la cea inferioară, ca niște copci ce țin gura pecetluită —, fiind în mod tradițional interpretate ca dovezi ale unei vieți grele. În termeni de sănătate, aceste riduri transmit ceva cu totul diferit: că în stomac și în intestinul subțire nu ajunge suficientă apă. În mod normal, organismul menține într-un echilibru delicat ingestia, secreția și eliminarea de apă, dar astfel de riduri apar când acest sistem al apei este în dezechilibru. Este afectată eliminarea reziduurilor fecale, dar și diverse alte funcții organice.

Un chip cu patru tipuri majore de riduri: riduri verticale fine, riduri verticale adânci, un rid orizontal peste filtrum și ridurile splinei.

- Un ***rid orizontal deasupra buzei superioare*** — care să taie filtrumul — este iarăși o linie întâlnită doar la femei. Poate să semnifice o pierdere de sarcină sau un avort anterior, deși nu oricine a trecut printr-o astfel de experiență va avea acest semn. Mai este și un indiciu puternic de probleme articulare și de spate, în special osteoporoză. Dacă apare alături de alte semne de osteoporoză, ca ridurile de pe puntea nazală și un țesut flasc care atârnă sub bărbie, atunci trebuie luat în serios.

- ***Ridurile care pornesc în jos de la colțurile exterioare ale gurii*** se numesc liniile splinei, putând fi însoțite de umflarea zonei din jurul ochilor, a gâtului și a gleznelor. Aceste riduri indică faptul că splina, care filtrează și reciclează hematiile îmbătrânite și face parte din sistemul imunitar, devine tot mai obosită, adesea din cauza vârstei, iar capacitatea ei de detoxificare se reduce.

IV. Mineralele

Secțiunea „Chipul sănătății" de mai sus și diversele povestiri din carte amintesc de problemele legate de carența anumitor minerale de care avem nevoie pentru menținerea echilibrului organismului. Deoarece nu putem secreta aceste substanțe, trebuie să le absorbim din alimentație. Există două tipuri de minerale de care avem nevoie:

- ***Microelemente*** sau ***microminerale*** ca fierul, fluorul, zincul, iodul, cuprul, cromul, manganul și seleniul.
- ***Macroelemente*** sau ***electroliți*** ca magneziul, potasiul, calciul, sodiul, bicarbonatul, fosfatul și clorul.

Cauze de dezechilibru

Există multe cauze posibile ale dezechilibrului sau carenței de minerale. Iată doar câteva exemple:

- O alimentație limitată (prea mult fast-food, diete de slăbit, un consum insuficient de fructe și legume etc.)
- Consum excesiv de alimente grase, de tutun sau alcool (acesta din urmă este un risc major)
- Stil de viață sedentar

- Transpirații intense sau o activitate fizică extremă
- Anorexie nervoasă
- Tulburări hormonale
- Boli
- Sarcină și alăptare
- Menopauză și alte stadii de tranziție asociate cu îmbătrânirea.

Prevenirea și tratamentul carenței de minerale

O alimentație consistentă și o bună hidratare sunt cele mai bune modalități de prevenire a carențelor de minerale:

- Să bei multă apă.
- Să ai o alimentație echilibrată și variată, cu accent pe fructe, legume și cereale integrale.
- Să prepari alimentele la abur în loc să le fierbi sau să le călești, ca să nu se distrugă substanțele nutritive.
- Să limitezi consumul de alimente grase, dulciuri, băuturi răcoritoare, alcool, tutun, produse din carne procesată industrial, precum cârnații și mezelurile.

Persoanele care consideră că ar putea avea carențe de minerale ar trebui să consulte un medic specialist care să le indice analizele adecvate înainte de a le recomanda o schimbare specifică de alimentație sau suplimente alimentare. Reține că informațiile din această secțiune nu înlocuiesc recomandarea unui medic specialist.

Simptome de dezechilibru

Carențele și dezechilibrele de minerale se prezintă în foarte multe feluri pentru ca lista să fie completă. Sunt

necesare analize medicale pentru a stabili cauza unor simptome precum crampe, probleme de concentrare și de memorie, capacitate fizică și mentală redusă, oboseală și insomnie, nervozitate, dureri de cap, transpirații, modificări la nivelul pielii și părului și așa mai departe. Cititorii de fețe pot să depisteze anumite semne de carență ca prim pas în vederea stabilirii sursei problemei. În secțiunea „Chipul sănătății" de la pagina 299 sunt discutate semnele majore de carențe care afectează zonele principale pe care le evaluăm: ochii și gura. Semne comune care afectează alte părți ale feței sunt:

- ***Paloare indicând carență de calciu.*** Lipsa de calciu se observă adesea ca o albire cu tentă cenușie a tenului și un aspect ca de ceară, în special la nivelul frunții și în jurul ochilor. De multe ori limba este albicioasă. Pot să apară riduri orizontale pe puntea nasului și, în cazuri de carență avansată, piele lăsată la nivelul maxilarului.
- ***Înroșire indicând carență de magneziu.*** Lipsa de magneziu provoacă adesea înroșirea feței, la început sub forma unor pete roșietice sau rozalii, de forma unei monede, ce apar pe obraji. Aceste pete pot să apară ca rezultat al entuziasmului, efortului fizic sau al unei emoții puternice, cum ar fi tracul. Alte simptome de carență de magneziu sunt: crampe, zvâcniri musculare, insomnie și poftă de dulciuri.
- ***Înroșire indicând carență de fier.*** Carența de fier tinde să provoace un alt tipar de înroșire care pornește de la frunte sau de la urechi, ajungând chiar și la nivelul obrajilor dacă este vorba despre o carență extremă. De multe ori, persoana va avea senzația că pielea înroșită este fierbinte sau „arde". O înroșire pe termen scurt este vizibilă mai ales după efort fizic sau după expunere la frig. Pe

termen lung, înroșirea sugerează iminența sau prezența unei răceli, gripe sau febre. Alte simptome de carență de fier sunt: probleme de somn, apatie, oboseală, dispoziție morocănoasă dimineața și diaree sau constipație.

- ***Înroșire indicând inflamație.*** Acest tip de înroșire, ce apare ca urmare a unui dezechilibru de electroliți, poate să înceapă în vârful nasului și apoi să cuprindă întregul nas. Este numită adesea „nas de bețiv" sau „nas roșu", deoarece oamenii o asociază cu consumul excesiv de alcool, deși rozaceea, această problemă comună a pielii, se prezintă similar. Înroșirea indicând inflamație poate să însemne un metabolism leneș și să fie însoțită de tremurături constante, iritabilitate, apatie și probleme gastrice. Când carența este pronunțată, obrajii persoanei respective pot căpăta o nuanță albăstruie sau verzuie.
- ***Pete sau zone galbene ori maronii***, provocate de același dezechilibru electrolitic, însoțesc adesea nasul roșu inflamat. Pot să apară pe tâmple, la colțurile ochilor, în partea din față a urechilor sau chiar pe întreaga față.
- ***Petele galben-maronii*** indică adesea un dezechilibru electrolitic. Acestea pot să apară ici-colo pe față sau chiar să cuprindă întreaga față. Pot să fie mai intens colorate pe pomeți, iar expunerea la soare le face și mai închise la culoare. Pot fi însoțite de simptome precum: febră, suferință și anxietate. Alte pete pigmentare de pe piele, precum petele de la ficat, petele de bătrânețe și chiar și pistruii pot să indice la rândul lor o carență de electroliți.
- ***Pielea de alabastru***, cu aspect alb lăptos, este o altă formă de manifestare a dezechilibrului electrolitic. O carență ușoară se poate manifesta sub forma unor dungi albe pe pleoape, iar în cazul unui dezechilibru

mai pronunțat, mai ales la femeile tinere, brațele sau alte părți ale corpului devin lăptoase. Uneori, această paloare poate să aibă o nuanță roșiatică. Alte simptome sunt: probleme articulare, gută, reumatism, inflamație și dorința de căldură și odihnă.

- ***Tenul gras*** la adulți, mai ales pe frunte și pe laterale nasului, poate să indice o carență de electroliți. Pielea poate avea un aspect grăsos și tern, substanța grăsoasă putând ajunge în părul persoanei afectate sau pe ochelarii săi. Spălarea frecventă a feței rezolvă problema numai temporar. Alte simptome sunt: arsuri gastrice, scaune acide sau fermentate și probleme de metabolizare a grăsimilor.
- ***Dungile grăsoase pe pleoape*** pot, de asemenea, să reflecte o carență de electroliți. Ce pare a fi grăsime este de fapt mai degrabă o substanță ca un mucus ce este secretată prin piele. În cazuri rare, această substanță poate să acopere întreaga pleoapă sau să se întindă pe obraji.
- ***Punctele negre și coșurile*** pot să apară la persoanele cu ten gras ca urmare a mai multor carențe de electroliți. De fapt, sunt două lucruri diferite. Punctele negre sunt pori încărcați și parțial deschiși care se transformă în puncte albe dacă se blochează complet. Punctele negre nu apar pe zonele grase ale pielii. Coșurile sunt puncte negre sau albe care s-au infectat. Inflamația poate avea forme variate — papule, pustule și noduli — ce pot fi greu de tratat și pot lăsa cicatrici.

V. Metabolismul

Cititorii de fețe observă adesea dovezi că organismul nu funcționează optim pe baza alimentației primite. O

persoană poate să metabolizeze intensiv sau ineficient una sau mai multe substanțe nutritive — grăsimi, proteine sau carbohidrați — sau poate, în alte feluri, să-și perturbe echilibrul nutritiv al organismului. Ca și în cazul mineralelor, aceste observații sunt indicii ce trebuie investigate de un medic specialist. Informațiile din această secțiune nu înlocuiesc recomandările medicului specialist.

Perturbarea metabolismului grăsimilor

Sunt semne faciale care sugerează că o persoană nu metabolizează adecvat grăsimile, punând presiune asupra ficatului și vezicii biliare. Când cititorii de fețe văd următoarele semne, recomandă consultarea unui medic pentru verificarea colesterolului, a trigliceridelor și a lipidelor, care pot avea niveluri nesănătoase. Semnele sunt:

- Umflarea zonei de sub buza inferioară
- Pori măriți ai pielii de la colțurile gurii, poate și o piele mai îngroșată în acea zonă, cu o nuanță galbenă-maronie care, în unele cazuri, se poate extinde

pe întreaga zonă din jurul gurii, ceea ce înseamnă că este afectată funcționarea ficatului
- Depozite gălbui pe interiorul orbitei superioare
- Bărbie dublă și un rid oblic evident pe bărbie (care mai poate fi și semnul altor boli).

Perturbarea metabolismului proteinelor

Consumul excesiv de proteine animale, ce influențează aciditatea din organism, se poate reflecta pe față. Aceasta este o tulburare tipică de afluență, ce slăbește digestia și încarcă ficatul. Semnele perturbării metabolismului proteinelor sunt:

- Piele lăsată sub pomeți și, în cazuri mai pronunțate, riduri și obraji bucălați
- Pori măriți și o nuanță cenușie a pielii
- Dacă ficatul este supraîncărcat, umflarea zonei de sub buza inferioară, care capătă o nuanță maronie
- La femei, un chip angular, mai masculinizat („față de alergător")
- La bărbați, căderea părului.

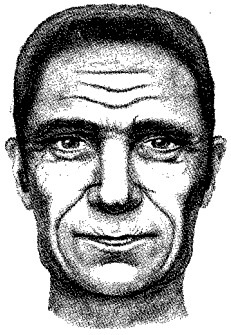
Perturbarea metabolismului carbohidraților

Consumul excesiv de carbohidrați afectează nivelul de glucoză din sânge în feluri diferite. Carbohidrații simpli, ca făina albă, provoacă serii de creșteri și scăderi ale glicemiei, în timp ce carbohidrații complecși, de tipul cerealelor integrale, mențin mai constant nivelul glicemiei, căci sunt convertiți mai încet în energie. Cei care suferă de perturbarea metabolismului carbohidraților sunt mai vulnerabili la efectele fluctuațiilor glicemiei.

Semnele perturbării metabolismului carbohidraților sunt:

- Piele umflată sau lăsată în partea de jos a obrajilor, la nivelul maxilarului, ce poate lua forma unor mici săculețe
- Piele umflată în zona dintre buza inferioară și bărbie
- Culoare neuniformă a pielii
- Zone de culoare maronie a pielii pe față, plus impurități, în special pe frunte.

Perturbarea metabolismului substanțelor nutritive



Secțiunea „Minerale" de mai sus vorbește despre semnele carenței de electroliți ce apare ori ca urmare a alimentației, ori din cauza incapacității organismului de a asimila eficient mineralele. Uneori, totuși cititorii de fețe văd dovezi ale unui dezechilibru mai general, care poate să implice și vitamine, purine (substanțe din alimente ca organele, carnea roșie și anumite fructe de mare care fac să crească nivelul de acid uric din sânge și pot duce la gută), piramidine (alte substanțe chimice importante din organism) sau hormoni. Natura unor astfel de dezechilibre trebuie determinată de un medic specialist și poate fi necesar un tratament. Semnele de dezechilibru vizibile pe față sunt:

- Modificarea culorii pielii, în special apariția unei nuanțe cenușii și a unor zone întunecate pe față
- Strălucire neobișnuită a pielii (sau lipsă de strălucire)
- Riduri adânci și un aspect umflat al pielii din jurul ridurilor.

Mulțumiri

Mulțumesc, Jon Ellenthal, că mi-ai dat forța de a scrie această carte. Datorită ție l-am cunoscut pe excelentul meu agent literar, Flip Brophy, care i-a văzut imediat potențialul. Flip, îți sunt recunoscător că ai crezut în mine, că ai știut să mă ghidezi, precum și pentru calmul și înțelepciunea ta încurajatoare. Mulțumesc personalului de la Sterling Lord Literistic — în special lui Nell Pierce — pentru sprijinul prețios.

Mulțumesc, Elisa Petrini, pentru crearea cadrului conceptual ce a stat la baza viziunii mele și pentru felul vibrant în care i-ai dat viață. Yuliya Yarmolenka, ilustrațiile tale pline de viață au surprins atât de bine imaginile din mintea și din memoria mea. Voi două mi-ați exprimat munca și ideile mai viu decât mi-aș fi putut imagina.

Mulțumesc, Joel Fotinos, director al colecției St. Martins Essential, că ai acceptat pe lista ta inovatoare și această carte. Ai fost atât de cald, de generos și de plin de idei, ușurându-mi parcursul către această nouă aventură. Gwen Hawkes, mi-ai fost de mare ajutor că nu m-ai lăsat nici pe mine, nici cartea să deviem de la drumul cel bun.

Cristyn Girolami, ideile și entuziasmul tău mi-au ridicat mereu moralul. Aflată în căutarea adevărului la fel ca mine, mi-ai deschis mintea, primindu-mă în lumea ta de căutători ai cunoașterii ce împărtășesc idei comune.

În sfârșit, le sunt îndatorat semenilor mei din cele patru colțuri ale lumii care, datorită feței lor, mi-au deschis o fereastră către natura umană.

Limbajul corpului este limitat.
Limbajul feţei dezvăluie TOTUL!

Cu toţii suntem cititori de feţe înnăscuţi şi, încă din prima zi de viaţă, ne orientăm instinctiv privirea spre trăsăturile faciale ale celor din jur. Nu există persoană care să nu aibă capacitatea intuitivă de a descifra sentimentele celorlalţi din expresiile chipurilor.

Îmbinând trei şcoli diferite de citire a feţei cu identificarea ştiinţifică a celor mai subtile microexpresii, Eric Standop este capabil să citească emoţiile, caracterul, ba chiar şi starea de sănătate a unei persoane doar uitându-se la faţa ei.

Cartea conţine ilustraţii ce permit cititorilor să vadă trăsăturile interpretate de Standop şi este împărţită în secţiuni care se concentrează asupra unor domenii precum sănătatea, dragostea, comunicarea şi succesul în afaceri. Secţiunea finală a cărţii explică semnificaţia a zeci de forme şi expresii faciale, astfel încât cititorii să-şi poată perfecţiona propriile capacităţi de citire a feţei şi să le aplice în viaţa lor de zi cu zi.

ERIC STANDOP este unul dintre cei mai mari experţi internaţionali în citirea feţei, susţinând conferinţe în peste douăzeci de ţări pentru antreprenori, manageri, profesori şi ofiţeri de poliţie. Este fondatorul Academiei de Citire a Feţei şi are clienţi care activează în domenii foarte variate, de la finanţe şi tehnologie la sănătate şi wellness.

Fascinanta carte a lui Eric Standop prezintă într-un mod accesibil şi convingător vechea şi neconvenţionala tehnică a citirii feţei.
Phil Houston, veteran CIA şi coautor al cărţii *Spy the Lie* (Trei, 2015)

Lifestyle
PUBLISHING
www.lifestylepublishing.ro

ISBN:978-606-789-203-1
9 786067 892031